

TARTU ÜLIKOOL  
SOTSIAALTEADUSTE VALDKOND

NARVA KOLLEDŽ  
ÕPPEKAVA „KOOLIEELSE LASTEASUTUSE ÕPETAJA MITMEKEELSES  
ÕPPEKESKKONNAS“

Merge Paju  
**ÜHISKONNA SURVE KUI LASTEAIASÕPETAJA TÖÖSTRESSI  
ALLIKAS JA TÖÖALASE ENESETÕHUSUSE MÕJUTEGUR**  
Bakalaureusetöö

Juhendaja Ülle Säälik, PhD

NARVA 2020

Olen koostanud töö iseseisvalt. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite tööd, põhimõttelised seisukohad, kirjandusallikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud.

.....

*Töö autori allkiri ja kuupäev*

## **SISUKORD**

<b>SISSEJUHATUS .....</b>	<b>4</b>
<b>1. TÖÖSTRESS.....</b>	<b>7</b>
1.1. Tööstress ja selle allikad/mõjutegurid .....	7
1.2. Tööstressi seos töö tulemuslikkusega.....	9
1.3. Ühiskonnapoolsed survetegurid lasteaiaõpetajate tööstressi allikatena .....	10
<b>2. TÖÖALANE ENESETÕHUSUS .....</b>	<b>13</b>
2.1. Enesetõhususe olemus ja mõjutegurid .....	13
2.2. Enesetõhususe seos töö tulemuslikkusega .....	15
2.3. Lasteaiaõpetaja enesetõhususe hinnangud ja nende mõjutegurid .....	16
<b>3. METOODIKA.....</b>	<b>18</b>
3.1. Valim .....	18
3.2. Andmekogumismeetod.....	20
3.3. Uuringu protseduur.....	21
3.4. Andmeanalüüsi meetodid .....	21
<b>4. TULEMUSED .....</b>	<b>23</b>
4.1. Lasteaiaõpetajate tajutud survetegurid ja tööstressi allikad .....	23
4.2. Ühiskonnapoolse surve seos õpetajate tööalase enesetõhususega.....	29
4.3. Ühiskonna survega toimetuleku viisid .....	31
Arutelu.....	32
<b>KOKKUVÕTE.....</b>	<b>36</b>
<b>SUMMARY .....</b>	<b>38</b>
<b>KIRJANDUS .....</b>	<b>39</b>
<b>LISAD .....</b>	<b>42</b>
Lisa 1. Küsimustik.....	43
Lisa 2. Teemablokk – juhtkond, sisuanalüüsi näide.....	46

## SISSEJUHATUS

Lasteaiaõpetajate pädevusele on riigi poolt sätestatud küllaltki kõrged nõudmised. Vastavalt Kutsestandardile Õpetaja tase 6 on õpetaja töös olulised nõutavad pädevused toetada laste arengut, arvestades iga lapse eripära ja arengutaset, vajadusel nõustada nii lapsi kui lapsevanemaid, teha koostööd kolleegidega, lapsevanematega kui ka tugispetsialistiga. Oluline on oskus orienteeruda haridusvaldkonna õigusaktides. Vajalikud isikuomadused on ausus, ettevõtlikkus, koostöövõime, enastjuhtivus, empaatia, vastutustundlikkus, tolerantsus, positiivsus, loominguilisus ning õppimisvõime. Kutsestandardis on kirjeldatud õpetaja kohustuslikke kompetentsusnõudeid, kus on öeldud, et õpetaja on teadlik lapse kognitiivsest, füüsilisest, emotsionaalsest ja sotsiaalsest arengust ning kultuurilistest eripäradest. Õpetaja kujundab füüsiliselt, vaimselt ja emotsionaalselt turvalise keskkonna, seejuures lähtub lapse vajadustest ja õpieesmärkidest. Käitub vastavalt headele suhtlemistavadele ning juhib enda emotsioone vastavalt situatsioonile. (SA Kutsekoda 2018)

Nõudmised ja ootused lasteaiaõpetajatele on seega kõrged. Õpetaja on kommunikatsiooniekspert, kes peab suhtlema väga erinevate inimestega. Pered, arusaamad ja traditsioonid on muutunud ning õpetajad peavad selle kõigega kaasas käima. Kuna kõik lapsevanemad ei saa kõikide probleemidega ise toime, siis on õpetaja just see kes peab olema nõustaja, kuulaja ja nõuandja, seejuures ise end hoides. (Tigas 2019)

On leitud, et ka sotsiaalmeedia võib mõjutada õpetaja tööd. Pärnus äratas tähelepanu videolõik, mis oli üles laetud sotsiaalmeediasse, kus üks möödakäija tegi video sellest, kuidas õpetaja võttis ühe lapse varrukast kinni ja tõmbas teda. Laps kukkus ja õpetaja aitas ta üles. Sotsiaalmeedias oli selle kohta väga palju kommentaare, mis mõjutas lasteaiaõpetaja tööd. Kommentaare oli negatiivseid kui ka positiivseid. Siiski enamik inimesi pidas õpetaja käitumist valeks ja lubamatuks. Sotsiaalmeedia kommentaarid tegid õpetajale väga haiget, sest need olid inetud ning viis õpetaja soovini töölt lahkuda. (Poldre 2019)

Seega on ümbritsevate inimeste ja meedia poolt lasteaiaõpetajatele suur surve ja kõrged nõudmised, millised nad peavad olema ning mis kohustused ja õigused neil on. Ühelt poolt on surve riigi poolt kehtestatud kompetentside kaudu, mis õpetajal olema peavad.

Teisalt võivad õpetajaid mõjutada ka osapoolte hoiakud, näiteks lapsevanemate ootused ning ümbritsev avalik arvamus, sh sotsiaalmeedia. See kõik võib õpetajal tekitada tööstressi ja tunnet, et ei tulda piisavalt hästi toime, alandades sellega õpetaja enesetõhususe hinnangut.

Stress ja läbipõlemine sõltuvad sellest, kui palju õpetaja iseenda enesetõhususse usub ja kui palju suudab ta oma enesehinnangut hoida (Käesel 2013). See, kuidas keegi käitub, mõjutab suuresti nii tööalast kogemust kui ka töötulemusi. Tulemused sõltuvad suuresti inimeste hinnangust iseenda kohta, kui hästi nad arvavad ja usuvad, et nad saavad hakkama mingisuguse situatsiooniga (Bandura 1997). Õpetaja enesetõhusus ehk usk oma tegevuse tõhususse ja tegevuste elluviimise edukusse (Bandura 1997) on aga kergesti mõjutatav. Näiteks võib õpetaja tunda end tõhusamana vanemate poolse toetuse olemasolul või vähem tõhusana selle puudumisel jms (Loona 2015).

Tööstressi kohta on öeldud, et „tööstressi käsitletakse pingeseisundina, mis tekib, kui inimene tajub vastuolu töökeskkonna poolt esitatud väljakutsete ja oma toimetulekuvõimaluste vahel“ (Tööinspeksioon 2019). Seega võib eeldada, et kasvanud ühiskonnapoolsete nõudmiste ja lapsevanemate ootuste puhul võivad lasteaiaõpetajad tajuda vastuolu nõudmiste ja enda toimetuleku võime vahel, alandades nende enesetõhususe usku.

Uurimisprobleemiks on seega kasvanud surve, mis võib olla lasteaiaõpetaja tööstressi allikas ja selle kaudu võib tekkida oht õpetaja enesetõhususe langusele, mis võib omakorda mõjuda negatiivselt õpetajate töö tulemuslikkusele. Seejuures, kui vaadelda erinevaid eespool välja toodud surve ja stressi allikaid, võib neid kokkuvõtlikult mõista kui ühiskonna poolt tajutud tegureid, kuna ühiskonda mõistetakse kui inimeste kooselu vormi koos sellest tulenevate sotsiaalsete suhete ja institutsioonide kogumiga, riik, kohalik kogukond, institutsioonid ja inimesed selle sees (EE-10 1998).

Kui selgitada välja, kuivõrd lasteaiaõpetajad tajuvad ühiskonna eri osade poolt survet, mis võiks neile tekitada tööstressi ja alandada nende arusaamu enda tööalasest tõhususest, on võimalik juba edasi mõelda, milliseid sekkumisi või tugimeetmeid õpetajad sellise survega toimetulekuks vajavad. Käesoleva töö eesmärk on seega välja selgitada ühiskonna surve lasteaiaõpetaja tööstressi ja tööalase enesetõhususe mõjutegurina lasteaiaõpetaja arusaamades.

Töö uurimisküsimused on:

1. Millist ühiskonnapoolset survet tajuvad lasteaiaõpetajad (riik, juhtkond, kolleegid, lapsevanemad, meedia/sotsiaalmeedia)?
2. Kuivõrd mõjutab ühiskonnapoolne surve õpetajate tööalast enesetõhusust?
3. Kuidas tulevad lasteaiaõpetajad toime ühiskonna survega?

Bakalaureusetöö koosneb neljast peatükist. Esimene peatükk räägib tööstressist, mis omakorda jaguneb kolmeks alapeatükiks. Selgitatakse tööstressi mõistet ja mõjutegureid, milline on seos töötulemuslikkusega ning millised ühiskonnapoolsed survetegurid stressi põhjustavad.

Töö teises peatükis kirjeldatakse tööalast enesetõhust, mis jaguneb samuti kolmeks alapeatükiks. Selgitatakse enesetõhususe mõistet ja mõjutegureid, milline on seos enesetõhususel ja töö tulemuslikkusel ning lasteaiaõpetaja enesetõhususe hinnangud ja millised on nende mõjutegurid.

Töö kolmas peatükk sisaldab metoodika kirjeldust. Kirjeldatakse valimit, andmekogumismeetodit, andmeanalüüsimeetodit ja uuringu protsesuuri. Neljandas peatükis esitatakse tulemused, kus kirjeldatakse lasteaiaõpetajate tajutud survetegureid ja tööstressi allikaid. Selgitatakse ühiskonnapoolse surve seos õpetajate tööalase enesetõhususega ning kirjeldatakse ühiskonna survega toimetuleku viise

# 1. TÖÖSTRESS

## 1.1. Tööstress ja selle allikad/mõjutegurid

Stressi definitsioone on erinevaid. Tavakeeles mõistetakse stressi kui ärritavat närvipinget, mis võib tekitada ka kehalisi vaevusi. Teaduslikumalt võib stressi kirjeldada kui keha ja meelte märguannet organismile, et on tekkinud oht, suur koormus ja pinge. Stressoreid on mitmeid, millega organism tegelema peab. Kõige tavalisemad stressorid on psüühiline pinge, kehaline pingutus ning trauma. Organismi vastureaktsioon oleneb sellest, kuidas inimesed ise enda olukorda hindavad. Väljapääsmatuna tunduv olukord võib aga stressi suurendada. (Elenurm jt 1997: 8-9)

Suur tööpinge, kiire tempo, vastutus või suur töökoormus võib tekitada tööstressi. Mõõdukas närvipinge on vajalik, et inimesed end eesmärkide täitmiseks valmis paneksid ja pingutaksid. Kõrgendatud stressi võib põhjustada erinevad asjaolud. Töökeskond pole sobiv: liigne müra, vähene valgus, liiga kõrge või madal temperatuur, vananenud töövahendid. Olulisel kohal on ka suhted juhi ja kolleegidega. Tööstressi tekkepõhjusteks loetakse veel ülekoormatust, kus tuleb lühikese aja jooksul väga palju teha. Töö ei vasta õpitud oskustele ning koolitusteks ja enesearendamiseks puuduvad võimalused. Liigne kontroll juhi poolt, kus töötajal puudub otsustusõigused. Vähene tunnustus, tähelepanu, abi ja toetus. Oluline on tööl valitsev õhkkond, kus ei valitseks pidev konkurents ning ei tekitata intriige. (Elenurm jt 1997)

Suurimad stressitekitajad on: surve tugevus, inimeste omavaheline suhtlus, tööalane vägivald ja kiusamine, muutused töökeskonnas, kaasa arvatud lisakohustused. (Hilton 2016: 21-22) Lisaks on pinge tõusnud, sest inimestel on kõrgemad kehtestatud eesmärgid ja seda rohkem kui eales varem. Tulemuseks on see, et inimesed töötavad rohkem ja pikemalt ning töö on raskem kui varem. Vaatamata survele modernses töökeskonnas, pole stressist ainult tavapäraselt valesti aru saadud, vaid on ka saanud endale halva nime. Stress pole ainult surve kooli liidritele, see on inimestes keda juhitakse. See on suurim ja tähendusrikkam tõke kooli edasiviimiseks ja parandamiseks ning saamaks edukat ning jätkusuutlikku hariduslikku juhtkonda. Paljud kooli liidrid kogevad stressi, mis on põhjustatud võimetuse tunde hariduse süsteemis, mis omakorda on iseloomustatud eksponentsiaalsest muutusest. (Hilton 2016: 1-3)

Tööstress on suur ja kasvav probleem Suurbritannias ja seda mitte ainult õpetamisega seoses vaid ka paljudes teistes eluoludes. (Hilton 2016: 21) EurWORK uuringu järgi on Eestis tööstressi kogenud inimeste arv ajas kasvanud. (Kas tööstress...2018)

2012. aasta novembrist 2013. aasta veebruarini viidi läbi Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuuri (EU-OSHA) üleeuroopaline arvamusküsitlus, kus keskenduti teemale tööstress töökohal ja vanemaealised töötajad. Üle euroopa osales uuringus 31 riiki, sealhulgas ka Eesti. 71% küsitletutest pidas suurimaks tööstressi allikaks töö ümberkorraldamist ja ohtu kaotada töö. 57% eestlastest tõid välja, et tööstressi põhjustab tööaeg ja töökoormus. Tihti põlevad läbi just sellised inimesed, kes on lojaalsed ettevõttele, korralikud ja kohusetundlikud töötajad. Töökoormus ja -aeg põhjustavad enim stressi 18-34 aastastele eestlastele. 4% eestlastest arvas, et tööstressi tekitab ka rollid ja kohustuste ebaselgus. 48% eestlastest tõid välja, et juhtkonna ja kolleegide poolt on vähene toetus töötajale. (Plangi 2013)

Elukutsed, mis on kõrgeimate hinnanguliste levimuste määradega, seoses tööalase stressiga on keskmisena kolme aasta jooksul järgnev: hoolekande- ja elamispidade spetsialistid, juhtumeid on 2630 (100 000 inimese kohta); medõed, juhtumeid on 2630 (100 000 inimese kohta); õpetajad ja teised haridustöötajad, juhtumeid 2310 (100 000 inimese kohta); administratiivsed elukutsed, valitsus ja sarnased organisatsioonid, juhtumeid 2310 (100 000 inimese kohta). Need elukutsed on statistika põhjalt tunduvalt kõrgemate hinnanguliste levimuste määradega kui kõik teised elukutsed keskmiselt kolme aasta jooksul. (Hilton 2016: 22-33)

2013 mais toimus Inglismaal uuring 735 õpetaja seas. Tulemuseks oli see, et 76% õpetajatest uskusid, et nende stressitasemel oli tagasilööke nende tervisele, 56% hääletasid, et nad teeksid kindlasti paremat tööd, kui nende stressitase oleks madalam tööl ning keskmiselt on Inglismaal 13,2 päevahaiguslehte ühe õpetaja kohta (Hilton 2016: 24-25).

Samas väidab Hilton (2016: 35-37), et stress võib olla ka hea. Surve on osa tööst. See on abiks, et hoida meid motiveerituna. Vaatamata sellele võib liigne või järeleandmatu surve viia stressini negatiivsete efektideni, mis mõjutavad töö kvaliteeti halvasti. Stress on reaktsioon survele, mis võib muuta inimesed haigeks. Hea arusaam stressi olemusest on keskse tähtsusega meie enda isikliku vastupidavuse säilitamisel ja teiste tulemuslikul juhtimisel. Siiski kogeme survet igapäevaselt, et täita enda või teiste vajadusi.



Õpetajaameti kuvand ja atraktiivsus uuring 2016 aruande kohaselt selgub, et õpetajaametit peetakse väheväärtustatud ametiks, kuid samas väga väärtuslikuks. Väga healt õpetajalt oodatakse ennekõike suurepärase suhtlemisoskust ja inimeste tundmist ning seejärel enda teadmiste edasi andmist. (Vaisma, Kandla 2016)

## **1.2. Tööstressi seos töö tulemuslikkusega**

Vähesed tunnevad soovi avatult stressist rääkida, kuna kardetakse halbu hinnanguid ja see võib viia isoleeritud tundeni. (Hilton 2016:3) Raamatu „Leading from the edge“ autor James Hilton kirjutab, kuidas ta ise koges närvivapustust, mis oli põhjustatud tööstressist. Ta oli mõnda aega töölt eemal ning naases tagasi töökeskkonda juba palju eneseteadlikumalt kui varem ning otsustas näha elu teisiti. Ta käis vaimse tervise terapeudi juures, kes õpetas talle positiivseid strateegiaid, mida ta õppis paranemise käigus.

Eestis on perearsti poole pöördunud 10,2% naisi ja 5,5% mehi ärevushäire sümptomitega ning paanikahäire sümptomitega naisi 8,0% ja mehi 5,5% (King M et al. 2008). Lisaks terviseprobleemidele on inimestel raskusi toime tulla sotsiaalse tööalase eluga, mis vähendab töötulemuslikkust oluliselt. Probleem tervisega tekitab rohkem ärevust ja tekitab lootusetu tunde. (Kas tööstress...2018)

Andrew jt (2008) kirjeldavad stressi kolme rolli, milleks on: rolli ülekoormus, rolli ebaselgus ja rolli konflikt. Rolli ülekoormus on siis, kui kohustused on seotud teatud sotsiaalse rolliga, ületavad aja ja ressursi, mis indiviid peab kulutama. Rolli ebaselgus on see, kui ootused tulemuslikkuse osas ei ole piisavad, et käitumist suunata ja õpetajad ei tea, kuidas neile antakse hinnanguid, see on eriti väljakutsuv kui see on seotud ametialase stabiilsuse ja palgaga. Kui stressist saab ülevoolav kohalolek õpetaja elus, võib see viia läbipõlemiseni. Üks läbipõlemise põhjuseks on emotsionaalne kurnatus, mis viib negatiivse ja mitte-empaatilise käitumiseni teiste suhtes. Läbipõlemine areneb järk-järgult. Seda on nähtud ka kui sotsiaalset protsessi, mis on arenenud läbi suhete teistega toetavas töökeskkonnas.

Uuringutes on leitud erinevaid probleeme, mis õpetajates läbipõlemist tekitada võivad. Õpetajad on kurnud väheseid tehnoloogilisi vahendeid, et olla õpilastega paremini ühenduvuses. Samuti vähest toetust ja tuge kooli poolt. Oluline on õpetajate jaoks ka rahaliste

vahendite tagamine, et soetada vajalikke asju õppetöö paremaks läbiviimiseks. Õpetajad tõid välja, et töökoormus ühele õpetajale on suur ning vabatahtlikke kaasamine kiirendab nende tööd. Tõrjutus ja apaatsus õpilaste ja perekonna poolt. Õpetajad tunnevad, et neid ei hinnata ning nad ei saa valida kuidas oma tööd juhtida. Kõrge läbipõlemisega õpetajad tunnevad, et neil pole kontrolli selle üle, mida nad tohivad õpetada. Seega puudub vabadus ja paindumus. (Andrew jt 2018)

Tartu Ülikooli koolipsühholoogia lektor Astra Schults kinnitab samuti, et õpetajad on ülekoormatud. Töökoormust tõstavad ka muudatused töökorraldustes ning see tekitab väsimust mis omakorda võib viia läbipõlemiseni. (Pärismaa 2017)

Selgub, et läbipõlemist soodustab lisaks eeltoodule frustratsioon õpetajate seas, kus on koolis loodud hariduspoliitika, milles kontrollitakse õpetajaid koos hinnangu nimekirjaga „mis peab olema hästi tema töös“ ja antakse kaalutlevaid hinnanguid. See tekitab õpetajates suurt stressi, kuna raske on keskenduda õpilastele ja õpetamisele ning selle edasiviimisele, kui peab veel mõtlema selle nimekirja peale, et saada ka head hinnangut. See raskendab keskendumist ja toob endaga kaasa ainult stressi. Selline stress on mõnede õpetajate seas muutunud nii suureks, et on kaalutud tugevalt töölt lahkumist või varem pensionile minemist. See kõik loob ebausaldust ja ebakindlust haridustöötajate seas, justkui õpetajad pole professionaalid ja vajavad pidevalt ülevaatusi ning kontrolli. Siinkohal on selline olukord ülepaisutatud ka meedias, kus luuakse pilt, et õpetajad on süüdi kõikides probleemides haridussüsteemis, mis pole tõsi. See kõik on loonud vabaduse vähenemisele ja ei soovita olla enam loominguline kuna kardetakse. Uuringutes on selgunud, et õpetajad, kellel on pikki aastaid kogemusi, oskavad stressiga paremini toime tulla, oma aega planeerida ning arendada vastupidavust. (Andrew jt 2018)

### **1.3. Ühiskonnapoolsed survetegurid lasteaiaõpetajate tööstressi allikatena**

Selles peatükis selgitan välja millised on need ühiskonnapoolsed tegurid, mis tekitavad lasteaiaõpetajatel stressi. 2014 aastal tehti Suurbritannias stressiga seotud uuring. Uuringust selgus, et kõikide tööalaste haiguste hulgas oli tööalase stressi, depressiooni või ärevusega seotud juhtumeid 39%. Tegevusalad, mis raporteerisid kõrgeima levimusega, seoses tööstressiga, olid tervise professionaalid, eriti medõed, õpetajad, hariduslikud spetsialistid

ning avalik administratsioon ja kaitse. Suurimad stressitekitajad olid: surve tugevus, inimeste vaheline suhtlus (kaasa arvatud raskused ülemusega suhtlemisel), tööalane vägivald ja kiusamine, muutused töökeskkonnas (kaasa arvatud ressursside või töötajate vähendamine ja lisakohustused. (Hilton 2016: 21-22)

Tööstressi põhjustab väsimus, motivatsiooni puudumine, probleemid perekonnaga, läbisaamine kolleegidega. Need probleemid mõjutavad töötulemusi, mis omakorda tekitab pinget ja stressi. (Aljaste 2013)

Õpetajad tunnevad, et neil on vähe tuge, tagasisidet, omavahelist koostööd ning koostööd lapsevanematega. Õpetajaid mõjutab enam koostöö lapsevanematega. EMOR 2016 uuringus selgub, et õpetajad suhtlevad lapsevanematega siis kui probleeme muud moodi lahendada ei osata, sest koostöö lapsevanematega pole positiivse tagasiside koht. (Valk 2016)

Eesti Õpetajaeetika koodeksis on kirjas, et õpetaja juhindub oma töös ÜRO Inimõiguste ülddeklaratsioonist, Eesti Vabariigi põhiseadusest, Lapse õiguste konventsioonist ja õpetajatööd juhtivatest õigusaktidest. Õpetajaeetika koodeksis on kirjeldatud õpetaja väärtusi ja juhiseid. Õpetaja talub kriitikat ja väljendab end selgelt. Ta on elukestev õppija, kes end pidevalt täiendab. Ta teeb koostööd lapsevanematega ning kolleegidega. Vajadusel nõustab nii lapsevanemaid kui kolleege. Õpetaja peab olema kursis kogu maailmas kui ka Eestis toimuvaga. Ta annab oma panuse, et kujuneks inimväärne ühiskond, oleks rahu ja edeneks säästev eluviis, toetab rahvuslikke kultuuritraditsioone. (Eesti Õpetajate Liit 2015)

Kutsestandard Õpetaja, tase 6, on kirjeldatud õpetaja kompetentsusnõudeid. Kus on kirjeldatud töö osasid, töö keskkonda ja eripära. Nimetatud on õpetaja tööks vajalikke töövahendeid, ja isikuomadusi. Eraldi on välja toodud kohustuslikud kompetentsusnõuded ja kutset läbivad kompetentsid. Seega on õpetaja töös oluline nõustamine, reflekteerimine ja enesearendamine. Oluline on oskus kujundada õpikeskkond, toetada õppimist ja arengut ning kavandada õpi- ja õpetamistegevusi. (SA Kutsekoda 2018)

On uuritud psühhosotsiaalsete riskide levikut Eestis, kus võrreldi Eesti töökeskkonda teiste riikidega. Töötajate stressitaset mõjutab tugi ja tunnustus ülemuselt, ausus ja õiglus ettevõttes ning usaldus juhtkonna suhtes. Euroopa edukamate riikidega võrreldes, on Eestis stressitase ja läbipõlemise näitajad oluliselt kõrgemad. Eesti töötajatel ise suurt sõnaõigust pole, teevad seda mida öeldakse. Tulemuste põhjal ei erine stressitase oluliselt juhil, lihttöötajal või spetsialistil. (Eesti Rakendusuuringute Keskus CentAR 2010)

Õpetajatöö on suure missioonitundega amet. See on amet, kus tuleb olla eeskujuks ja anda endast maksimum, et lastel oleks hea ja turvaline õppimist soodustav keskkond. Õpetajad tajuvad suurt tööpinget, vastutust ja töökoormust. Olulisel kohal on suhted kolleegidega, lapsevanematega kui ka juhtkonnaga. Õpetajatele on seatud väga palju kompetentsusnõudeid, millised nad olema peavad ja eetikakoodeks annab juhiseid kuidas tuleb käituda. Kuna kohustusi ja nõudmisi on õpetajatel palju, siis tihtipeale tekib ülekoormus ja stress, mis omakorda võib viia läbipõlemiseni. Tööstress on kasvav probleem välismaal, kui ka meil Eestis. Kuna inimesed seavad endale aina kõrgemaid eesmärgi, siis selle tulemusena on nad kauem tööl ja töötavad rohkem. Õpetajad on väitnud, et tööstressi mõjutab töö ümberkorraldus, hirm kaotada töö, tööaeg ja töökoormus. Ebaselged rollid ja ülesanded ning vähene toetus nii kolleegide poolt kui ka juhtkonnaga. Oma töös tunnevad õpetajad igapäev survet, mis võib viia isoleeritud tundeni, tekitada stressi ja koguni viia läbipõlemiseni.

## 2. TÖÖALANE ENESETÕHUSUS

### 2.1. Enesetõhususe olemus ja mõjutegurid

Sotsiaalkognitiivse teooria kohaselt ei sõltu inimese käitumine vaid tasustusest või karistusest, vaid suuresti ka sellest, kuidas ta iseendast mõtleb. Albert Bandura (1997) on sõnastanud enesetõhususe teooria, mis ütleb et enesetõhusus on inimeste veendumus, et ta on võimeline mingit ülesannet edukalt sooritama. Töötaja võimekus mõjutab tema motivatsiooni, tulemuslikkust ja ettekujutust oma tööst ja rollist. Eesti Õigekeelsussõnaraamatu kohaselt on enesetõhusus ehk eneseefektiivsus inimese usk oma suutlikkusse tulla toime teatud ülesandega, saavutada konkreetseid eesmärke (EKSS V, 1).

Inimesed, kellel on madal usk enesetõhususse annavad kiiresti alla, kui nad ei näe enda tegude tulemusi. Tegutsemine loob tulemusi. See kuidas keegi käitub mõjutab suuresti tulemusi ja kogemusi. Tulemused sõltuvad suuresti inimeste hinnangust iseenda kohta, kui hästi nad arvavad ja usuvad, et nad saavad hakkama mingisuguse situatsiooniga. (Bandura 1997: 21-37)

Inimesed veedavad suure osa oma ajast tööalastes tegevustes. Tööalane struktuur on suur osa inimeste igapäevasest reaalsusest, see loob inimestele pildi iseendast ja sellest kuidas me enda elu väärtustame. Mõned kirjanikud ütlevad, et tööalane efektiivsus peaks olema mõõdetud seoses sellega, mis antud tööala vajab oskuste näol. See kirjeldus eeldab, et tööalased otsused toetavad teadmiste tegelikus pädevuses erinevatel tööaladel. (Bandura 1997: 40, 423)

Enesetõhusus mõjutab ülesandeid ja eesmärke, mille inimesed endale seavad. Enesetõhususel on neli allikat, milleks on varasemad saavutused, erinevad kogemused, verbaalne veenmine ja emotsionaalsed näpunäited. (Lunenburg 2011)

Negatiivne enesehinnang võib viia õpetajaid negatiivsesse suhtumisse töösse ja siis nähakse oma töökohta kui õnnetut keskkonda, mis rikub töö kvaliteeti ja võib panna tundma end võimetuna. Oluline on kuidas õpetajad suhtuvad oma edusse või läbikukkumisse ning kuidas nad läbi selle teostavad õppetööd nõnda, et see oleks edukas, vaatamata ka tujude muutumisele. Tihti peale võtavad madala enesetõhususega õpetajad omaks taktikad, kui puutuvad kokku tagasilöökidega, kus süüdistatakse väliseid faktoreid ja ei mõelda selle

peale, mida nad ise saaksid endas muuta ja parandada oma elus, töös, suhtumises ning kuidas nautida oma tööd ja vähendada stressi. (Yu jt 2014)

Yu jt (2014) viisid läbi uuringu, mis käsitles tööstressi mõju õpetajate läbipõlemisele ja enesetõhususele. Uuringus selgus, et madalama enesetõhususega inimestel on suurem võimalus läbi põleda. On leitud, et õpetajad, kes arvasid end olevat nõrgad distsipliini loomises klassiruumis ja madalama võimekusega juhatada tundi, on kõrgema läbipõlemise protsent.

Seega on väga oluline enesedistsipliin sellisel kujul, kus õpetajad naudivad oma tööd ja mõtlevad selle peale, kuidas vähendada endas stressi ja proovivad ka ise leida erinevaid variante oma heaolus üldiselt. Tuleb olla efektiivne oma töös nii, et see oleks võimalikult väikese stressifaktoriga. Kui enesedistsipliin puudub ja ei proovita ise olla tõhus oma töös nii vaimselt, füüsiliselt kui ka edasiandmises, siis see viib läbipõlemiseni. Tuleb olla ise tugev ja peale hakkaja.

Ruus ja Loogma (2009: 92-96) esitavad TALIS-uuringu tulemused, mis räägivad õpetajate tööga rahulolust ja enesetõhususest ka rahvusvahelises taustsüsteemis. Uuring näitab, et Eesti õpetajate enesetõhusus ja tööga rahulolu näitajad on teiste uuringus osalenud riikidega võrreldes ühed madalamad. Vaatamata headele distsipliini näitajatele on õpetajad hinnanud siiski enda suhteid õpilastega suhteliselt kehvadeks. Endi hinnangul suudavad õpetajad klassiruumis väga hästi hoida korda ja aega hästi planeerida, kuid see tuleb õpetaja ja õpilaste omavaheliste suhete arvelt. Need õpetajad kes hindavad suhteid õpilastega paremateks, hindavad kõrgemalt ka õpilaste võimekust.

Õpetajate enesetõhususest oleneb nende enesekindlus ja töö edukus. See on seotud tundega, et nad suudavad õpilasi motiveerida ja mõjutada. Siiski on Eesti õpetajate enesetõhusus madal, võrreldes teiste riikide õpetajatega. Teiste riikidega võrreldes on Eesti õpetajatel tugev tunnikord ja efektiivne tunniaja kasutamine. TALIS-uuringus tuuakse välja Eesti õpetajate vähesel enesetõhususel peamised mõjutegurid, mille hulgas nimetatakse ära vähene avalik tunnustus, vähene ühiskonna lugupidamine ja austus õpetajate suhtes. Õpilaste erinevad omadused, näiteks hooletu suhtumine õppimisse, halb käitumine ning õpetajate professionaalne koostöö ning töö turvalisus. (Ruus, Loogma 2009: 75-92) Alust on arvata, et sarnane probleem madala enesetõhususega ja seda põhjustavate teguritega võib olla ka alushariduses töötavatel õpetajatel ja sellepärast on seda vaja uurida.

## **2.2. Enesetõhususe seos töö tulemuslikkusega**

Tööstress ja eneseefektiivsus on mõlemad seotud läbipõlemisega. Läbi enesetõhususe on tekkinud ka tööstress ja läbipõlemine. Läbipõlemine on emotsionaalsest pingest tulenev. See on reaktsioon kui ei suudeta toime tulla töö survega. Selle sümptomid on kurnatuse tunne, suhtumine ja käitumine. Läbipõlemist on tihti nähtud õpetajate seas, mis võib põhjustada ärevust, depressiooni, peavalu, tugevat stressi, alkoholismi, suitsetamist ja uneprobleeme. Stress on otseselt seotud läbipõlemisega. Läbipõlemine on ekstreemne tööstress. Praegusel ajal on õpetajad survestatud pikkade töötundidega, rollide konfliktidega, suure töökoormusega, töö intensiivsusega. See kõik põhjustab vaimset ja füüsilist kurnatust, frustratsiooni, depressiooni, passiivset suhtumist ellu ja töösse. Kui selline surve pole leevendatud efektiivselt, kaotavad õpetajad oma kire töösse. (Yu jt 2014)

Stress mõjutab suuresti tööalast pühendumist. Suure stressiga õpetajad kogevad ametiala pühendumise vähenemist, madalamat töörahulolu ning tugevamat soovi lahkuda töölt (Klassen jt 2013). Bandura (1997) sotsiaalse kognitiivse teooria kohaselt enesetõhususe uskumused viitavad indiviidide uskumustele seoses nende võimekusega edukalt läbi viia mingeid konkreetseid toiminguid. Bandura kirjutab, et kui tugeva enesetõhususega õpetaja on silmitsi stressiga klassiruumis, siis suunavad nad oma pingutused probleemide lahendamisele, kui aga madalama enesetõhususega õpetajad puutuvad kokku sellise stressiga, siis nende käitumine on pigem eemalolev.

Madal enesetõhusus õpetajate seas näitab ka vähest pühendumist õpetamises. Stress õpilaste käitumises ja töökoormuses on tugevalt seotud ametialase pühendumisega. Stress, mis on tekkinud õpilaste käitumisest, on mõjutatud tugevalt enesetõhususe uskumusest läbi õpetajate tööstressi, enesetõhususe ja tööalase pühendumise uuringu neljas riigis. Uuringu tulemused näitavad, et enesetõhususe uskumused vähendavad kahjuliku stressi mõju seoses ametikoha pühendumisega. Kui tööalased ootused ja eesmärgid on väga kõrged, on stress loomulik käik. Tulemused ütlevad, et suhe enesetõhususe ja töökoormuse stressi vahel on rohkem mitmetähenduslikum võrreldes enesetõhusust ja stressi õpilaste käitumises. (Klassen jt 2018)

Chaplain (2008) toob välja, et õpilaste käitumise juhendamine pole uus nähtus ja on tehtud suuri pingutusi õpetajate koolituse programmides, et anda uutele õpetajatele kiiresti vahendeid õppetöö korraldamiseks. Koolituses olevate õpetajate stressi vähendamiseks proovitakse suurendada enesetõhususe meetodeid ning seda õpetada varakult. Korralik ettevalmistus õpetajate seas vähendab stressi ametialal, eriti alguses, kui alles asutakse sellel ametialal tööle. Koolitustel valmistatakse õpetajaid ette ka stressiga hakkama saamiseks. Suurim stressi põhjus on alustavate õpetajate seas õpilaste käitumine, kuid seda saab vähendada kui ehitada üles oskused tugevaks enesetõhususe uskumuseks.

### **2.3. Lasteaiaõpetaja enesetõhususe hinnangud ja nende mõjutegurid**

Tschannen-Moran ja Hoy (2007) viisid läbi enesetõhususe uuringu, mille tulemusena selgus, et enesetõhususe hinnang sõltub väga palju õpetaja töökogemusest. Nooremad õpetajad, kellel on tööstaaži vähem, sõltub enesetõhusus sellest, kuivõrd juhtkond neid kiidavad või vastupidi laidavad. Oluline on ka kolleegide toetus ja läbisaamine. Sõltumata sellest, kui suur on töökogemus, on siiski olulisem õpetaja hinnang enda töötulemustele.

Eestis pole lasteaiaõpetajate kohta väga palju uuringuid tehtud, sellepärast viitan bakalaureuse tööle. Melinkova (2019) poolt läbiviidud uuringu tulemused näitavad, et lasteaiaõpetajate tööstaaž ei ole seotud nende enesetõhususega. Õpetajad, kes viimase 12 kuu jooksul osalesid täiendkoolitustel, tundsid, et nad saavutavad paremini laste pühendumist. Kuna selline seos on siiski nõrk, siis täiendkoolitustel osalemine ei ole see kõige olulisem tegur, mis oleks seotud enesetõhususega. Samuti pole õpetaja poolt omandatud formaalne haridustase seotud tema enesetõhususega. Uuritud lasteaiaõpetajate enesetõhusus on suhteliselt kõrge. Suuremas osas õpetajad on enesekindlad ning saavad oma tööga hästi hakkama. Õpetajad tundsid, et mitteprobleemsete lastega on kergem toime tulla, neid motiveerida ja suunata. Nad suudavad reegleid kehtestada kuid probleemsete laste puhul pole kindlad, kas nad suudavad reeglite järgimist tagada.

Enesetõhusus on väga lähedalt seotud töö tulemuslikkusega. Inimesed, kellel on madal usk enesetõhususse, ei näe enda töö tulemusi. Madala enesetõhususega õpetajad pühendavad end tööle vähem, kui kõrgema enesetõhususega õpetajad. Ametialast pühendumist mõjutab laste käitumine ja töökoormus. Õpetajate enesetõhususest oleneb suuresti nende enesekindlus ja töö edukus. Võrreldes teiste riikidega on siiski Eesti õpetajate enesetõhusus madal, kuigi neil



on hea tunnikord ja hea tunniaja kasutamine. Peamised õpetajate enesetõhususe mõjutegurid TALIS-uuringu järgi on vähene avalik tunnustus, vähene ühiskonna lugupidamine ja austus. Vaimset ja füüsilist kurnatust, depressiooni ja passiivset suhtumist töösse põhjustavad pikad tööpäevad, konfliktid rollidega, suur töökoormus ja töö intensiivsus. Stress omakorda mõjutab õpetajate tööalast pühendumist. Mida suurem on õpetajatel stressitase, seda väiksem on töörahulolu ja suurem soov on töölt lahkuda. Väga palju sõltub enesetõhususe hinnang ka õpetaja töökogemusest. Nooremad õpetajad, kes pole õpetaja ametit kaua pidanud, oleneb enesetõhusus juhtkonna poolsest toest ja motivatsioonist. Õpetajate tööalast enesetõhusust mõjutavad usk enda enesetõhususse, töökoormus, laste poolne käitumine, vähene avalik tunnustus, vähene ühiskonna lugupidamine ja austus õpetajate vastu. Pikad tööpäevad, suur töökoormus ja töö intensiivsus ja töökogemus mõjutavad nii õpetaja enesetõhusust kui töö tulemusi.

### 3. METOODIKA

Tööga püütakse välja selgitada kuivõrd lasteaiaõpetajad tajuvad ühiskonnapoolset survet, mis võiks tekitada tööstressi ja alandada nende arusaamu enda tööalasest tõhususest. Esialgu oli valitud kvalitatiivne uurimisviis, milleks olid suulised intervjuud. Riigis kehtestatud eriolukorra tõttu muudeti andme-kogumismeetod kombineeritud uurimisviisiks.

Eesmärgiks oli välja selgitada ühiskonna surve lasteaiaõpetajate tööstressi ja tööalase enesetõhususe mõjutegurina lasteaiaõpetajate arusaamades. Töös uuriti, millist ühiskonnapoolset survet tajuvad lasteaiaõpetajad (lapsevanemad, riik, sotsiaalmeedia, juhtkond, kogukond), kuivõrd mõjutab ühiskonnapoolne surve õpetajate tööalast enesetõhusust ja kuidas töötavad lasteaiaõpetajad ühiskonna survega enda sõnul toime tulevad. Koostati küsimustik avatud vastustega ja Likert-skaala küsimustega, tulemusi analüüsiti nii statistiliste meetoditega kui ka sisuanalüüsi meetoditega, mis on kirjeldatud järgnevates alapeatükkides.

#### 3.1. Valim

Uuringu üldkogumi moodustasid Eesti neljast maakonnast valituks osutunud iga teine lasteaed. Uuringu valimi koostamisel lähtuti süstemaatilise juhuvalimi põhimõttest.

Juhuvalim tähendab juhuslikku valikut populatsioonist, igal populatsiooni liikmel peab olema võrdne võimalus sattuda valimisse. Esindusliku valimi koostamiseks, tehakse juhuslik valik mingi kindla meetodi järgi. Lihtne juhuvalim saadakse siis, kui populatsioonist eraldatakse mingi osa juhusliku valiku teel ning kõigil on võrdne võimalus valimisse sattuda. (Õunapuu 2014: 139-140)

Võimalikult hea esinduslikkuse tagamiseks koostati nimekiri kõigist Eesti maakonnadest tähestikulises järjekorras ning valiti iga kolmas maakond, milleks osutusid Ida-Viru maakond, Lääne maakond, Pärnu maakond ja Tartu maakond. Seejärel valiti kõigi maakonna lasteaedade hulgast iga teine lasteaed. Maakondade peale kokku kujunes valimiks 57 lasteaeda: 8 lasteaeda Läänemaalt, 16 lasteaeda Ida-Virumaalt, 21 lasteaeda Pärnu ja Tartu maakonnast. Igasse lasteaeda saadeti kutse uuringus osalemiseks

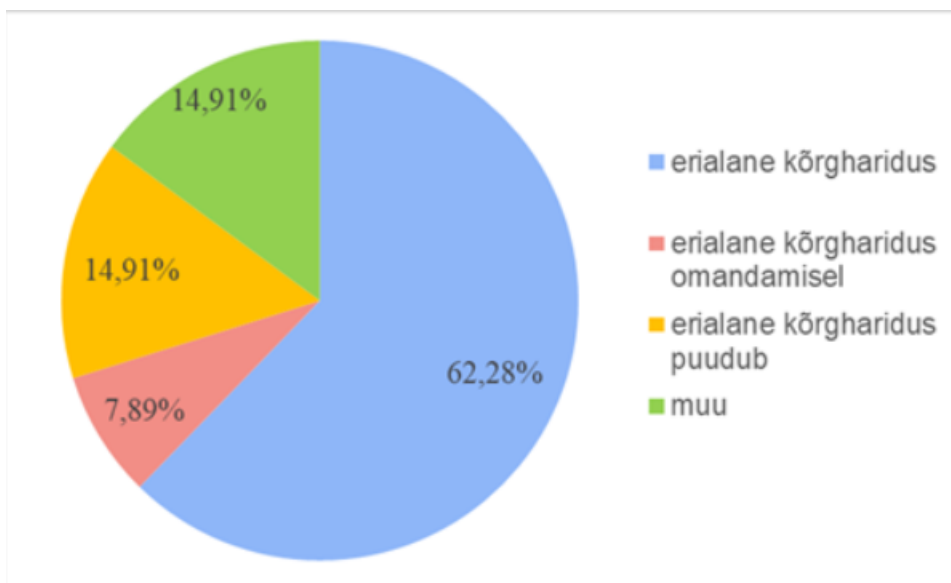
Valimi tausta andmed on esitatud tabelis 1. Vastajate keskmine vanus oli 46 ja keskmine tööstaaž üle 16 aasta. Kõige noorem töötaja oli 21 aastane ja vanim 69 aastane lasteaiaõpetaja. Kõige pikem tööstaaž oli 49 aastat.

**Tabel 1.** Uuringus osalejate vanus ja tööstaaž

	Keskmine (M)	Miinumum	Maksimum
<b>Vanus (täisaastates)</b>	46	21	69
<b>Tööstaaž</b>	16.29	0	49

Andmed: Küsitlus. Autori koostatud

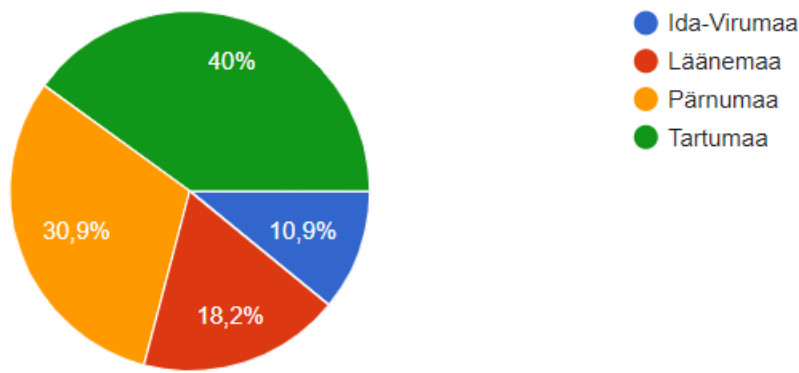
Vastajate jaotus erialase hariduse alusel on esitatud joonisenä 1. Erialane kõrgharidus oli 62,28% kõigi vastanute vahel. Muu haridustase oli 14,91% vastanutest ning erialane kõrgharidus puudus samuti 14,91% vastanutest. 7,89% vastanutest on erialane kõrgharidus omandamisel.



Andmed: Küsitlus. Autori koostatud

**Joonis 1.** Vastajate jaotus erialase hariduse aluse

Joonis 2 esitab vastajate jaotust põhitöökoha alusel. Oma põhitöökoha asukoha avalikustas 110 vastajat. Kõige rohkem vastanuid oli Tartumaalt 40% kogu vastajate seast. Pärnumaalt oli vastanuid 30,9%, Läänemaalt 18,2 % ja Ida-Virumaalt 10,9% vastanuid.



Andmed: Küsitlus. Autori koostatud

**Joonis 2.** Vastajate jaotus põhitöökoha asukoha (maakonna) alusel

### 3.2. Andmekogumismeetod

Töös rakendati lasteaiaõpetajate tööstressi ja enesetõhususe hindamiseks küsimustikku nii valikvastustega kui ka avatud küsimustega (Lisa1-küsimustik). Valikvastuste puhul kasutati stressi taseme ja enesetõhususe hinnangu määramiseks Likert-skaalat. Kõige levinumaid tööstressi väiteid põhinevad Bandura teoorial. Küsimustikus on esitatud väited ning vastaja saab kas selle väitega nõustuda või mitte.

Skaalaküsimustele lisaks kasutati avatud vastusega küsimusi. Nii sai vastaja täpsustada sisuliselt oma hinnangu põhjuseid ja sisu. Avatud küsimustega saab inimene ise arvamust avaldada ning sellest saab parema ülevaate tema arusaamadest (Õunapuu 2014).

Iga surveteguri puhul paluti vastajatel võimalikult täpselt kirjeldada, milles see surve tema jaoks väljendub. Nende avatud vastuste puhul kasutati avatud kodeerimist, tõlgendades vastuseid, määrates neile märksõnadega kategooriad ning summeerides kategooriad sisulise sarnasuse alusel.

Küsimustik koostati Google Forms keskkonnas ([https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdAi8BAHIoAL54IzH15Q7cAGGxZIAH69h2PVeHPvk6SSDZNKA/viewform?fbclid=IwAR26ik\\_QU4hcqa3RSR8KXK0T9ajTipkN1SX43KalDbqhjwEkjMkjmfASqY](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdAi8BAHIoAL54IzH15Q7cAGGxZIAH69h2PVeHPvk6SSDZNKA/viewform?fbclid=IwAR26ik_QU4hcqa3RSR8KXK0T9ajTipkN1SX43KalDbqhjwEkjMkjmfASqY)). Küsimustiku sobivust testiti kahe õpetaja peal. Vastajad andsid tagasisidet arusaadavuse, loogilisuse ja aja kulu kohta. Nende tagasiside võeti arvesse, kuid töö autor ei näinud põhjust küsimustes muudatusi teha.

### **3.3. Uuringu protseduur**

Lasteaiaõpetajate tööstressi ja enesetõhususe uuringu läbiviimiseks oli esialgu plaanitud suulised süvaintervjuud. Eesti Vabariigis kehtestatud eriolukorrale tuli töö ümber disainida ning seetõttu muudeti intervjuu küsimustikuks.

Küsitluse läbiviimiseks pöördus töö autor valimisse kaasatud lasteaedade direktorite poole e-posti teel. Paludes lasteaedade direktoritel küsimustikud edasi saata vähemalt viiele oma lasteaia õpetajale. Küsimustikus selgitati et vastamine on anonüümne ning et vastuseid kasutatakse vaid uuringu tulemustes kokkuvõtlikult.

Küsitlus viidi läbi 06.04.-17.04.2020. Kokku vastas 114 õpetajat. Küsimustik koosnes likert-skaala küsimustest ja avatud küsimustest. Esialgu oli planeeritud suuliste intervjuude küsimused disainiti töö ümber kirjalikuks küsimustikuks.

### **3.4. Andmeanalüüsi meetodid**

Valikvastustega küsimusi analüüsitakse statistilise andmetöötluse meetodiga. Statistika on matemaatiline mõjutamine kvantitatiivsete andmetega, et neis olevat informatsiooni avaldada ja esitamiseks koostada. (Õunapuu 2014: 185)

Kirjeldava statistika eesmärk on andmete ettevalmistamine ja andmestikus oleva teabe ülevaatlik esitamine, kirjeldatakse tunnuste erinevust ja näitlikustatakse tulemusi tabelites ja graafikutes. Arvulised suurused, nagu keskmine jt, kirjeldavad tunnuse jaotust ja omadusi. (Õunapuu 2015: 185) Neid analüüsi meetodeid töös ka kasutati.

Käesolevas töös kasutati nii stressi ja surve tajumise kui ka enesetõhususe hinnangute puhul valikvastustega 5- ja 10-pallist skaalat, mille analüüsimiseks arvutati iga näitaja aritmeetiline keskmine ja standardhälve. Lisaks arvutati üldise stressi ja surve tajumise koondnäitajana keskmine koefitsient, välja toodud survetegurite koondnäitajana keskmine koefitsient ning enesetõhususe koondnäitajana kõigi alaküsimuste keskmine koefitsient. Koefitsiendid võimaldavad näidata üldistavalt surve või enesetõhususe tajumise taset ning arvutada seosestatistikat (Spearmani korrelatsioonanalüüsi). Spearmani korrelatsioonanalüüsi kasutati seetõttu, et see sobib järjestusskaalal mõõdetud hinnangute või arvuliste näitajate vaheliste seoste hindamiseks, eriti kui kogutud andmed ei vasta täpselt normaaljaotusele ning seetõttu on õigem kasutada mitteparameetrilist analüüsi võtet (Rootalu 2014).

Kirjeldava statistika analüüs sooritati GoogleForms'i funktsioone kasutades. Korrelatsioonanalüüsi arvutamiseks kasutati vabavaraprogrammi JASP (Version 0.012.2).

Avataud vastuste puhul kasutatakse kvalitatiivset sisuanalüüsi. Selline tekstianalüüs on paindlik ja intensiivne, kus järgitakse reegleid sisu ja tähenduse kodeerimiseks (Kalmus jt. 2015). Kvalitatiivne sisuanalüüs võimaldab keskenduda tekstis peamisele ja olulisele. Selline uurimisviis võimaldab kodeerida teksti autori eesmärke, vihjeid ja kavatsusi. Kvalitatiivse sisuanalüüsi käigus püütakse näha autori või teksti kogu tervikut. (Kalmu jt. 2015)

Käesolevas töös analüüsiti avatud vastustega küsimuste tulemusi kvalitatiivse sisuanalüüsi kombineeritud viisil ja juhtumiüleselt ehk kõigi vastajate vastuseid koondades. Analüüsimiseks loeti vastuseid korduvalt üle, vastuseid tõlgendati ja kodeeriti märksõnadega ning hiljem järgmises analüüsietapis grupeeriti koodid kategooriatesse. Analüüsiühikuks oli üks tervikmõte, üks temaatiline näide. Teooria põhjal määratud ja uurimise fookuses olevate ühiskonnapoolsete survetegurite (juhtkond, lapsevanemad, kolleegid, meedia sh sotsiaalmeedia, riik ja kohalik kogukond) puhul kasutati suunatud kodeerimist, kus loeti kokku kõik kategooriad, millist teemat see puudutas. Need vastused, mis ei kuulunud ühegi ette määratud kategooria alla, siis kodeeriti see kategooria „muu“ alla ning nende sisust leiti järgmise analüüsietapi käigus omakorda seal korduvad teemad.

## 4. TULEMUSED

Järgnevalt esitatakse kvalitatiivse sisuanalüüsi teel saadud tulemusi vastavalt eesmärgile ja uurimisküsimustele. Kõigepealt esitatakse erinevate uuritud survetegurite tulemusi, seejärel enesetõhususe seost surve ja stressi allikatega ning lõpuks lasteaiaõpetajate mõtteid surve ja tööstressiga toimetuleku võimalustest.

### 4.1. Lasteaiaõpetajate tajutud survetegurid ja tööstressi allikad

Küsimustiku tulemusena laekus 114 vastaja arvamused ja 119 analüüsiühikut. Esimeseks avatud küsimuseks oli „*Kui olete tundnud seoses tööga pinget ja stressi, siis püüdke võimalikult täpselt kirjeldada, mis on Teie arvates Teie töölase stressi peamised põhjused?*“ Küsimustikus oli kokku 6 võimalikku surveallikat, milleks oli juhtkond, kolleegid, lapsevanemad, meedia(sh sotsiaalmeedia, ajakirjandus), kohalik kogukond ja riik.

Vastustest tuli välja, et vastajate igapäevase stressi ja pingeseisundi keskmine väärtus oli ( $M=4,51$ ). Standardhälve oli ( $SD=2,24$ ), miinimum ( $SD=1,00$ ) ja maksimum ( $SD=9,00$ ). Kahe kuu jooksul tajutud stress ja pinge oli keskmise väärtusega ( $M=4,71$ ). Standardhälve oli ( $SD=2,57$ ), miinimum ( $SD=1,00$ ) ja maksimum ( $SD=10,00$ ).

**Tabel 1.** Surve tajumine surveallikate kaupa (keskmine, standardhälve, miinimum, maksimum)

Võimalikud surveallikad	Keskmine	Standardhälve	Miinimum	Maksimum
Juhtkond	2,26	1,13	1	5
Kolleegid	2,34	1,16	1	5
Lapsevanemad	2,42	1,20	1	5
Meedia sots meedia	2,0	1,11	1	5
Kohalik kogukond	1,60	0,86	1	4
Riik (sh seadused, nõuded)	2,19	1,23	1	5

Andmed: Uuringu tulemused. Autori koostatud.

Andmete põhjal saab väita, et lasteaiaõpetajate suurimaks surveallikaks on lapsevanemad, keskmine väärtus ( $M=2,42$ ). Seejärel kolleegid keskmise väärtusega ( $M=2,34$ ) ja juhtkond keskmise väärtusega ( $M=2,26$ ). Riik keskmise väärtusega ( $M=2,19$ ), meedia keskmine

väärtus ( $M=2,0$ ) ja siis alles kohalik kogukond, mille keskmine väärtus on ( $1,60$ ). Kõige suuremad erinevused vastustes on riik, kolleegid ja lapsevanemad. Surveallikas „riik“ standardhälve on ( $SD=1,23$ ), „lapsevanemad“ ( $SD=1,20$ ) ja „kolleegid“ standardhälve on ( $SD=1,16$ ).

Küsimuse „*Kui olete tundnud seoses tööga pinget ja stressi, siis püüdke võimalikult täpselt kirjeldada, mis on Teie arvates Teie töölase stressi peamised põhjused?*“ vastuste suunatud sisuanalüüsi tulemustest kokkuvõte on esitatud tabelis 3: avatud vastustest kodeeritud teemad loetleti ja arvutati nende suhteline esinemissagedus võrreldes kogu näidete (analüüsiühikute) arvuga, mis on tabelis esitatud protsendina. Kuna see avatud vastusega küsimuse vastus tuli küsimustiku alguses ilma mingite täpsustuste või teemadele viitamisteta, siis võiks eeldada, et inimene esitab vastustes neid teemasid, mis tal kõige rohkem hetkel või viimasel ajal muret teevad või kõige rohkem hingel on.

**Tabel 2.** Suunatud sisuanalüüsi tulemused: töölase stressi peamiste põhjuste näited avatud vastusega sissejuhatavast küsimusest, temaatiline esinemissagedus

Võimalikud surveallikad	Esinemiste arv vastustes	Osakaal kõigist vastustest (%)
Juhtkond	22	20,2
Kolleegid	17	15,6
Lapsevanemad	31	28,4
Meedia sots meedia	0	0,0
Kohalik kogukond	0	0,0
Riik (sh seadused, nõuded)	6	5,5
Muu	33	30,3
KOKKU	109	100,0

Andmed: Uuringu tulemused. Autori koostatud.

Selgus, et kõige sagedamini tuli inimestel meelde lapsevanemad kui tööstressi allikas ( $28,4\%$ ), seejärel pinged juhtkonnaga, mille osakaal kõigist vastustest oli  $20,2\%$  ning seejärel

kolleegid  $15,6\%$ . Meedia ja kohaliku kogukonna teema kellelegi vastajatest esimese hooga ei seostunud tööstressi põhjustega, osakaal kõigist vastustest oli  $0,0\%$ . Kuna vastustes oli ka



muid tööstressi põhjuseid, kui need, mis teooria põhjal seatud said (juhtkond, kolleegid jt), siis kategoriseeriti need „muu“ teema alla ja selle osakaal oli 30,3% vastustest. Välja toodi erivajadustega ja probleemsete lastega tegelemine ja pidev muretsemine kooliminevate laste pärast. Toodi välja tugiteenuse puudumine, oskus rühmas distsipliini hoida ning aeg individuaalselt lastega tegeleda.

Teema „juhtkond“ alt saadi kokku 84 analüüsiühikut. Tulemustest selgus, et teema „juhtkond“ peamised surveallikad olid autonoomia puudumine, kus õpetajad kirjeldasid, et neile ei meeldi nõudlikkus ja tähtaegade seadmine. Pigem eelistaksid ise otsustada. Puudus usaldus, pidevalt kontrolliti töötajaid ning juhtkond sekkus liigselt rühmatöösse. Öeldi, et väga palju on analüüsimist ja paberite täitmist, mis ei võimalda lastega piisavalt palju tegeleda. Märgitakse, et ei olda rahul lisaülesannetega, tihti antakse põhitööväliseid ülesandeid ja töökohustused kollektiivis on ebavõrdselt jaotatud.

*„Pean tegema tihti nii kuidas juhtkond tahab“*

*„kontroll ja usaldus puudub“*

*„Liigne järelevalve töötajate“*

*„Nad kontrollivad kõik“*

*„Juhtkonna sekkumine rühmatöösse“*

Välja toodi töökorraldus, kus õpetajad kirjeldasid, et neile ei meeldi lisakohustused, palju tööülesandeid ja paberimajandust. Kurdeti liigsete projektide üle, kattuva tööaja ja tähtaegade üle. Samuti öeldi, et ei meeldi, kui tööaega ja tegevusi muudetakse lühikese ajaga.

*„Töökohustused kollektiivis on jaotatud ebavõrdselt. Suurem pinget on nooremale õpetajale.“*

*„Põhitöö väliseid asju antakse teha“*

*„Lisa kohustused“*

*„Palju pabereid, jätab vähem aega lastele“*

*„Assistendi süsteemis on ühel õpetajal põhivastutus ja ainukesena oodatakse temalt tulemusi“*

*„Võetakse sisse liiga palju projekte jms, tähtajad kukuvad samasse aega“*

*„Tööaja ja tegevuste muutmine mõnepäevase etteteatamise ajaga“*

Märkitakse ka palju paberitööd, kus õpetajad kirjeldavad, et paberimajandus ja töömaht suureneb. Peavad palju analüüsima ja tegelema sisutu paberimajandusega. Ka tavarühmas

erivajadustega lastega tegelemine ja seoses sellega palju paberimajandust ja analüüsi kirjutamist.

*„Suureneb paberimajandus“*

*„Palju paberi täitmist, millest ei muutu midagi“*

*„Aruandluse mahukus ja kuhjumine enam-vähem ühele ajale“*

*„Oluline juhtkonnale on täita eliis.ee keskkonda“*

*„Erivajadustega lapsed, eks ei sobi tavarühma suurde kollektiivi ja seoses nendega pidev paberitöö ning aruandlus ja ümarlaud erinevate spetsialistidega“*

*„Õpetaja töös liigne paberimajandus“*

Kommunikatsiooni puuduste kohta on öeldud, et antakse ebaselged juhised, milleks on ka ebaselged ootused. Esineb ka kommunikatsioonihäireid ja vähest suhtlust. Levib erinev info töötajate vahel ning töökorraldustes tehtud muudatused on segased. Mainiti ka liigse paanika külvamist.

*„Osad korraldused, mis antakse poel selgelt lahti kirjutatud ja peale korralduse täitmist selgub, et on valesti või puudulikult tehtud. S.t. korralduse andja nägi ühte lahendust, aga mina nägin teist lahendust“*

*„Kui direktor räägib õp. ühte juttu ja õp. abidele teist verisooni“*

*„Direktor teatas, et töökorralduse muutus tuleb, umbmääraselt, ei tea millal ja millises rühmas, kuna ka õpin sessioonõppes ülikoolis, siis ei suuda 24/7 lasteaiatööd teha“*

*„Direktori liigne paanika, mis edastatakse meeskonnale“*

Kolleegid, kui tajutud surveallikas. Kokku saadi 88 analüüsiühikut. Tulemustest saab väita, et palju pingeid tekitab suhted kolleegidega, kus puudub omavaheline koostöö, ebakõlad ja üksteise mittemõistmine. Vastustest tuli välja kolleegide vaheline lugupidamatus, negatiivsus ja tagaselja rääkimine. Öeldi, et kolleegide vahel on palju erimeelsusi, ei arvestata üksteisega ning kõigil on oma arvamus ja põhimõtted.

*„Ebakõlad kolleegidega.“*

*„Halb läbisaamine paarilisega.“*

*„Erinev suhtumine probleemidesse ja nende lahendamisse rühma meeskonna siseselt. Põhimõtete lahknemine.“*

*„Vahel on inimeste väärtussüsteem nii erinev, et sellega on keeruline hakkama saada.“*

*„Kiusamine kolleegide poolt.“*

*„Negatiivne õhkkond, üksteise tagarääkimine.“*

*„Pidevalt nähvamine, selja taga sosistamine, ebameeldivad jutud, kommenteerimine.“*

*„Koostöö püüdmine kolleegidega.“*

Lapsevanemad, kui tajutud surveallikas. Kokku saadi 63 analüüsiühikut. Vastustest tuli välja, et lapsevanematel on suured ootused ja kõrged nõudmised, seejuures enda panus lapse õpetamisse on väike. Öeldi, et tihti lükkavad lapsevanemad enda vastutuse edasi õpetajatele. Kirjeldati, et lapsevanematel on vaid isiklik huvi ning ollakse vähe teadlikud rühmatööst. Vastajad arvasid, et lapsevanemad tähtsustavad enda lapsi üle ning soovivad vaid nende lastega tegelemist.

*„Meilt oodatakse rohkem, kui nad ise panustavad laste kasvatamisse.“*

*„Lapsevanematel on lasteaiale järjest suuremad nõuded. Ise tegeletakse vähe lastega.“*

*„Sõimerühma laste vanemad loodavad, et lasteaed teeb nende eest kõik ära, nt õpetab potil käimist, lusikaga söömist, reeglite täitmist jne.“*

*„Iga vanem vaatab oma last, kui ainukest last rühmas, mitte suuremat pilti.“*

*„Vahel ei võta lapsevanem vastutust lapsega seotud probleemidega seoses.“*

*„Lapsevanemad ei tea enda kohustusi.“*

Üks lasteaiaõpetajate poolt tajutud survetegur on meedia. Analüüsiühikut saadi kokku 28. Sissejuhatavas küsimuses ühtegi meedia teemat koheselt mainimist ei leitud, kuid täpsustavalt iga uuritava kategooria kohta esitatud küsimuste vastustest selgus, et väga palju on negatiivset ja vähese objektiivsusega infot. Samuti öeldi, et lapsevanemate arusaamad muutuvad tänu meedias kajastatavate artiklite lugemisele. Lasteaiaõpetajad on kirjeldanud, et ajakirjandusest saavad lapsevanemad teemasid, mille üle kurta. Öeldi, et meedias kajastub tihti negatiivne ja halvustav info lasteasutuste ja õpetajate suhtes. Samuti leiti, et kogu info ei ole alati tõene või puudub usaldusväärne allikas.

*„Negatiivsed artiklid õpetajatest, kes on pidanud ülikeeruliste lastega toime tulema üksi.“*

*„Kui ilmub mõni artikkel, siis kommentaaridest saab lugeda, kui oskamatud ikka õpetajad on.“*

*„Mõningaid probleeme kajastatakse ilma asjaolusid uurimata.“*

*„Lihtsalt vastukäivaid arvamusi ja artikleid õppekasvatustöö kohta on osaliselt segadust tekitav ja pingeid külvav.“*

*„Meedia kaudu leiavad vanemad uusi teemasid mille üle nuriseda näiteks.“*

*„Meedia ei näe tihti seda, kui palju lapsi korraga meie vastutusel on. Tundub, nagu nad ei hooma seda, mida tähendab korraga terve rühma laste heaolu tagamine (lisaks sellele kõik muu, millega me peame tegelema).“*

Kohalik kogukond, kui tajutud surveallikas. Analüüsiühikuid saadi kokku 10. Vastajad arvasid, et kohalikul omavalitsusel on liigsed nõudmised ja vähene teadlikkus. Õeldi, et kõigil on erinevad soovid ja vaatenurgad ning liiga palju minnakse vastu lastevanematele. Vastajad märkisid, et neil pole vabadust otsustada ega ise mõelda, see tehakse nende eest ära. Kurdeti ka liigse kontrolli üle. Õeldi, et haridusspetsialistidel, lapsevanematel kui kooliõpetajatel on erinevad soovid ja vaatenurgad.

*“Need, kes juhivad juhte ei ole piisavalt kursis reaalse tavaeluga hariduses.”*

*“Kohalik omavalitsus tuleb samuti mõnikord liigselt vastu vanematele ning ka rühmade moodustamise põhimõtted (liitrühmad, 1aasta 5 kuused kuni 7 aastased koos ühes rühmas).”*

*“Vahetevahel linnavalitsuse bossilt utoopilised mõtted ja soov neid rakendada.”*

Riik, kui tajutud surveallikas. Kokku saadi 36 analüüsiühikut. Õeldi, et ei meeldi õppekava. Suured nõudmised ja ootused ning riigi vähene teadlikkus. Õpetajad olid arvamusel, et tihti ei tea riigikogu, kuidas seadused praktikas toimivad. Väga palju aruandlust, nii ühel päeval kui kogu nädalal. Vastustest tuli välja, et pidevalt tuleb juurde uusi kohustusi ja nõudmisi kuid samas ka alahinnatakse õpetajate tööd.

*“Ootused on ühelt poolt suured (nt. Lapse koolivalmidus, varajane märkamine, erivajadusega lapsed). Samas tihti ka alahinnatakse lasteaiaõpetajate tööd.”*

*“Ehk õppekavade osas, lasteaia siseselt võiks tegevusvabadus olla ikka kohapeal suurem.”*

*“Erinev suhtumine riiklikusse õppekavasse ja selle planeerimisse.”*

*„Tihti on seaduse tegijad teoreetikud, mitte praktikud“*

Suunatud sisuanalüüsi tulemustest selgus, et teema „muu“ osas tundis 30,3% lasteaiaõpetajatest survet. Palju kirjeldati lastega seonduvaid probleeme, probleemse

käitumisega ja erivajadustega lapsi ja nendega toime tulemist. Muretsetakse laste pärast ja raske on nende tähelepanu saada.

„Laste konfliktid ja nende lahendamine. Laste tähelepanu võitmine“  
 „Erivajadustega lapsed, individuaalsed tegevused teatud lastega“  
 „Töö erivajadustega lastega“  
 „Laste erivajadused“  
 „Probleemse käitumisega laps rühmas“  
 „Vahel tunnen pinget, sest meil on lõpurühm“  
 „Mure laste pärast kellel on probleem, kuid kes kuidagi abini ei jõua“  
 „Muretsen liialt, ka ette“

#### 4.2. Ühiskonnapoolse surve seos õpetajate tööalase enesetõhususega

Kuna õpetaja enesetõhusus on väga oluline edukaks toimimiseks ning enesetõhususe hinnang võib õpetajal langeda, kui ta tajub enda võimekusega võrreldes liiga suurt survet, siis uuritigi käesolevas töös lisaks tööalasele survele ka õpetajate enesetõhusust. Enesetõhususe hinnangute keskmised ja standardhälbed on esitatud tabelis 4.

**Tabel 3.** Vastajate enesetõhususe taju (keskmine, standardhälve, miinimum ja maksimum)

Enesetõhususe valdkonnad	Keskmine	Standard- hälve	Min	Max
Üldine: Suudan saavutada enamikke eesmärke, mida olen endale seadnud.	4,10	0,69	2	5
Üldine: Raskete ülesannetega silmitsi seistes olen kindel, et suudan neid täita	4.04	0.77	1	5
Üldine: Olen kindel, et suudan tõhusalt täita paljusid erinevaid ülesandeid ka pingelisel ajal.	4.03	0.78	1	5
Tööalane: Olen kindel, et suudan saavutada rühma õppetegevuse eesmärgid	4.35	0.73	2	5
Tööalane: Olen kindel, et suudan pakkuda kõigile lastele arengut soodustavat keskkonda	4.25	0.76	2	5
Tööalane: Olen kindel, et suudan saavutada, et lapsed järgiksid rühma ja tegevuste reegleid	4.32	0.75	2	5
Tööalane: Olen kindel, et suudan motiveerida tegevustest vähe huvitatud lapsi	4.19	0.79	2	5
Tööalane: Olen kindel, et suudan teha kõik, et töökorraldus oleks selline, et tegevused kulgeksid latusalt	4.08	0.88	1	5
Tööalane: Olen kindel, et suudan teha kõik, et kodu ja lasteaia koostöö sujuks latusalt	4.07	0.75	2	5

Andmed: Uuringu tulemused. Autori koostatud.

Tulemustest selgub, et väide „*Olen kindel, et suudan saavutada rühma õppetegevuse eesmärgid*” on keskmisest kõige kõrgem ( $M=4,35$ ,  $SD=0,73$ ). Väide „*Olen kindel, et suudan saavutada, et lapsed järgiksid rühma ja tegevuste reegleid*” on keskmine ( $M=4,32$ ,  $SD=0,75$ ). Seejärel kolmas keskmine on väide „*Olen kindel, et suudan pakkuda kõigile lastele arengut soodustavat keskkonda*” ( $M=4,25$ ). Juba madalam keskmine on väide „*Olen kindel, et suudan motiveerida tegevustest vähe huvitatud lapsi*” ( $M=4,19$ ). Seejärel tuleb väide „*Suudan saavutada enamikke eesmärke, mida olen endale seadnud*.” ( $M=4,10$ ). Kõige madalama keskmisega on väide „*Raskete ülesannetega silmitsi seistes olen kindel, et suudan neid täita*” ( $M=4,04$ ) ja väide „*Olen kindel, et suudan tõhusalt täita paljusid erinevaid ülesandeid ka pingelisel ajal*” ( $M=4,03$ ).

Kõige suurem standardhälve ( $SD=0,88$ ) on väitel „*Olen kindel, et suudan teha kõik, et töökorraldus oleks selline, et tegevused kulgeksid ladusalt*”, mis tähendab, et selle väite puhul arvavad õpetajad üsna erinevalt enesetõhususe kohta. Väikseim standardhälve ( $SD=0,69$ ) on väitel „*Suudan saavutada enamikke eesmärke, mida olen endale seadnud*”. Saab väita, et vastajad tajusid antud enesetõhususe valdkonda üsna ühte moodi.

Et selgitada enesetõhususe ja tajutava stressitaseme seoseid, kasutati korrelatsioonanalüüsi. Selgus, et üldise stressi tajutav ja õpetaja enesetõhususe koondhinnangu vahel on negatiivne seos: Spearmani  $\rho = -0.264$  ( $p < 0.01$ ). Tajutud surve ja enesetõhususe koondhinnangu korrelatsioon on samuti negatiivne: Spearmani  $\rho = -0.206$  ( $p < 0.05$ ).

**Tabel 4.** Korrelatsioonianalüüsi tulemused survegurite ja õpetaja enesetõhususe koondhinnangu vahel (Spearmani  $\rho$ )

Survetegurid	Korrelatsiooni- koefitsient	p-väärtus
Survetegur 1: juhtkond	-0.238*	0.01
Survetegur 2: kolleegid	-0.229*	0.01
Survetegur 3: lapsevanemad	-0.079	0.40
Survetegur 4: meedia	-0.075	0.42
Survetegur 5: kohalik kogukond	-0.155	0.10
Survetegur 6: riik	-0.132	0.16

Andmed: Uuringu tulemused. Autori koostatud.

Lisaks on enesetõhususe ja erinevate survetegurite vahelised korrelatsioonid esitatud tabelis 5. Enesetõhususe ja kolleegide surve korrelatsioon on  $-0,229$  ( $p < 0.01$ ). Enesetõhusus seostub juhtkonna survega korrelatsiooniga  $-0,238$  ( $p < 0.01$ ). Need survetegurid näitasid analüüsis statistiliselt olulist negatiivset korrelatsiooni, mis tähendab, et nähtused on vastastikku seotud, kui suureneb näiteks juhtkonna surve, siis väheneb õpetaja enesetõhusus, kuid võib ka olla nii, et madalam enesetõhususega õpetajad tajuvad juhtkonna survet kõrgemana. Teised survetegurid ei näidanud küll statistiliselt olulist seost, mis tähendab, et seos küll eksisteerib, kuid ei ole tõenäoliselt ülekantav enamusele samast populatsioonist.

#### **4.3. Ühiskonna survega toimetuleku viisid**

Lasteaiaõpetajad, kes tundsid tööga seotud teatavat survet, kirjeldasid kuidas nemad selle stressiga toime püüavad tulla. Vastustes selgus, et enamus õpetajad säilitavad teadlikult meelerahu, järgivad töö- ja puhkeaega ning annavad endast tööl parima. Mõningal määral suhtlevad õpetajad enda pingetest kolleegide, pere või juhtkonnaga. Mõned õpetajad leevendavad stressi hobiga tegeledes või vaba aega veetes.

Põhikategooriad olid ise, teised(kollektiiv, pere, juhtkond), vaba aeg ja liikumine. Ise kategoorias on räägitud, kuidas lasteaiaõpetajad ise teadlikult meelevad end. Järgivad enda töö- ja puhkeaega, jäävad ausaks nii iseenda vastu kui teiste ning panustavad enda poolt maksimaalselt. Vastajad arvasid, et oluline on aeg iseendale, teistega olla arvestav ning samas teadlikult olukorraga leppida ja olla realist. Öeldi ka et meelelaad on negatiivne ning emotsioonid valla lasta üksi olles.

*„Väljas pool tööaega ei tegele tööga“*

*„Püüan olla aus enda vastu ja ka teiste vastu“*

*„Kõige olulisem on jääda rahulikuks“*

*„Aega tuleb leida iseenda jaoks“*

*„Aegajalt ka lihtsalt nuttes kodus“*

*„Olen jõudnud sellisesse olukorda, kus enam ei suuda midagi teha ja lihtsalt istud ja igapäevaseid kodutöid ei taha ja ei suuda teha“*

*„Lahkun sellest ametist peale seda õppeaastat. Ei tulegi toime“*

Kategooriast „teised“ tuli välja, et mingil määral suhtlevad lasteaiaõpetajad teistega, kas kolleegidega, juhtkonnaga või lapsevanematega. Öeldi, et kui on tore ja toetav juhtkond, siis saab rääkida oma pingetest. Vastajad arvasid ka, et stressiga aitab toime tulla kui kolleegiga rühmareeglid üle korrata ning teha teistega koostööd.

*„Kui on toetav töökollektiiv ja juhtkond, siis tuleb ka survega toime“*

*„Räägin kolleegidega, juhtkonnaga- alati on kasuks tulnud ja olen abi saanud“*

*„Omavahel rääkides teiste õpetajatega ja oma muresid jagades ning vahel ka kirjudes“*

*„Tean, et teiste intensiivsed tunded ja ootused, soovid ei ole minu omad ja püüan vanematele ühe asja/situatsiooni erinevaid tahke selgitada“*

Kategooria „vaba aeg ja „liikumine“ arvasid vastajad, et tuleb aega võtta iseenda ja enda hobide jaoks. Öeldi, et tegelevad hobiga, jooksmisega, joogaga ning erinevate stressi leevendavate tegevustega.

*„Jooga, jooks“*

*Tegeleda enesele meelepärase stressi leevendajaga“*

*„Käin palju looduses“*

*„Tegelen regulaarselt jooga ja mediteerimisega, puhkan nii palju kui võimalik, käin palju looduses, toitun tervislikult“*

## **Arutelu**

Bakalaureusetöös läbiviidud uurimuse tulemused näitavad, et kuuest võimalikust surveallikast (juhtkond, lapsevanemad, kolleegid, riik, meedia ja kohalik kogukond) tajuvad lasteaiaõpetajad igapäevaselt stressi ja pinget suhteliselt madalalt. Samas suurimaks surveallikaks on lapsevanemad, seejärel kolleegid, juhtkond, riik, meedia ja alles siis kohalik kogukond. Kõige suuremad erinevused vastustes oli valdkondade riik, kolleegid ja lapsevanemad osas. Samamoodi on leitud varasematest uuringutest, et õpetajaid mõjutab enim koostöö lapsevanematega ning tunnevad vähest tuge ja puudusi omavahelises koostöös (Valk 2016). Varasemate uuringute põhjal selgus, et stressitaset mõjutab tugi ja tunnustus ülemuselt ning usaldus juhtkonna suhtes. (Eesti Rakendusuuringute Keskus CentAR 2010) Samuti on tööstressi põhjuseks motivatsiooni puudumine, probleemid perekonnaga ja



läbisaamine kolleegidega. (Aljaste 2013) Üleeuroopalisest arvamusküsitlusest tuli välja, et enim stressi põhjustavad töökoormus ja -aeg (Plangi 2013), mille võib liigitada juhtkonnapoolse surve alla, kui arvestada juhtkonna surve selgitustest suure ja ebaõiglase töökoormuse ning lisaülesannete andmist. Järelikult on teoorias välja toodud stressiallikad ja autori poolt saadud tulemused samad. Õpetajad tunnevad suurimat stressi kolme valdkonna vahel: lapsevanemad, kolleegid ja juhtkond.

Esmalt seostus vastajatele surve ja tööstressi allikatega juhtkond, mis tuli välja vastustest küsimustiku alguses ilma mingite täpsustuste või teemadele viitamiseta esmaste surveallikate küsimuse vastustest. Võiks eeldada, et inimene esitab vastustes neid teemasid, mis tal kõige rohkem hetkel või viimasel ajal muret teeb. Seejärel märgiti kolleege. Meedia ja kohaliku kogukonna teema kellelegi vastajatest esimese hooga ei seostunud tööstressi põhjustega. Välja toodi veel erinevaid stressitekitajaid, milleks olid erivajadustega ja probleemsete lastega tegelemine, pidev muretsemine kooliminevate laste pärast, tugiteenuse puudumine ja oskus rühmas distsipliini hoida. Teooriast tuleb samuti välja, et varasemate uuringute põhjal on leitud, et õpetajad tunnevad vähest toetust ja tuge kooli poolt. (Andrew jt 2018) Õpilaste erinevad omadused, näiteks hooletu suhtumine õppimisse ja halb käitumine (Ruus, Loogma 2009) on samuti varem märgitud kui stressi tekitavad.

Tulemuste põhjal saab väita, et kõik kuus kategooriat on mingil määral lasteaiasõpetajate stressiallikeks. Teema „juhtkond“ tulemustest selgus, et kõige suuremad surveallikad olid autonoomia puudumine, kus öeldi, et õpetajatele ei meeldi nõudlikkus ja tähtajad. Puudus usaldus, juhtkond sekkus liialt õpetajate töösse ja pidevalt kontrolliti nende tööd. Samuti kurdeti liigset analüüsimist ja pabermajandust. Samuti ei oldud rahul lisaülesannetega ning ebavõrdsete tööülesannete jaotamisega. Samamoodi on teoorias välja toodud, et tööstressi põhjuseks loetakse ülekoormust ja liigset kontrolli juhi poolt, kus töötajatel puudub otsustusõigused. Ka vähene tunnustus, tähelepanu ja toetus (Elenurm jt 1997).

Tulemustest selgus, et kolleegidega on keerulised ja pingelised suhted, kus puudub omavaheline koostöö, ebakõlad ja üksteise mittemõistmine. Puudub üksteise lugupidamine, on palju ebakõlasid ja tagarääkimisi. Toodi välja erimeelsused, üksteisega mittearvestamine ja ainult oma põhimõtete ja arvamuste järgimine.

Lapsevanemate osas märgiti kõige rohkem, et neil on õpetajatele suured ootused ja nõudmised, seejuures ise lapse õpetamisse ei panusta. Öeldi, et lapsevanemad lükkavad enda vastutuse õpetajate peale, neil on vaid isiklik huvi ning ollakse vähe teadlik rühmatööst.

Sissejuhatavas küsimuses ühtegi meedia teemat koheselt ei mainimist ei leitud, aga täpsustavalt iga uuritava kategooria kohta esitatud küsimuste vastustest selgus, et väga palju on negatiivset ja vähese objektiivsusega infot. Öeldi, et lapsevanemate arusaamad muutuvad tänu meedias kajastatule. Ajakirjandusest saavad lapsevanemad uut informatsiooni, mille üle kurta. Samuti öeldi, et meedia kajastab tihti negatiivset ja halvustavat infot lasteasutuse ja õpetajate suhtes. Ka Andrew jt (2018) on öelnud, et meedias luuakse õpetajatest selline pilt, kus kõikides haridusprobleemides on süüdi just õpetajad. Meedia omakorda võib kujundada lapsevanemate või kogukonna arusaamu ning sellest käivitub omakorda nende poolne aurve õpetajatele.

Tulemustest selgus, et kohalikul kogukonnal võivad olla õpetajatele liigsed nõudmised ja vähene teadlikkus. Kõigil on erinevad soovid ja vaatenurgad. Liigselt minnakse vastu lastevanematele. Õpetajatel pole vabadust otsustada ega ise mõelda, see tehakse nende eest ära. Haridusspetsialistidel, lapsevanematel ja kooliõpetajatel on erinevad soovid ja arusaamad. Selgus, et riik on kehtestanud liiga kõrged nõudmised ja ootused. Vähene teadlikkus lasteaiaõpetajate tööst. Juurde tuleb pidevalt uusi kohustusi ja nõudmisi, seejuures alahinnatakse õpetajate tööd.

Üldise stressi taju ja õpetaja enesetõhususe koondhinnangu vahel on negatiivne seos. Tajutud surve ja enesetõhususe korrelatsioon on samuti negatiivne. Järelikult, kui soovime, et õpetajate enesetõhususe taju oleks siiski kõrge, on vaja mõista, millest tööstress ja surve taju tulenevad. Töö tulemustest selgub, et kõige rohkem seostub õpetajate enesetõhususega kolleegide surve, seejärel juhtkond, kohalik kogukond, siis alles lapsevanemad, riik ja meedia. Töö teoreetilisest osast tuli samuti välja, et enesetõhusus sõltub palju kolleegide toetusest ja läbisaamisest (Tschannen-Moran, Hoy 2017).

Juhtkonna ja kolleegide puhul leiti statistiliselt oluline seos, ehk siis võib arvata, et ka ülejäänud lasteaiaõpetajate puhul võib olla tõenäoliselt seos selle vahel, kui tõhusana õpetaja

ennast tunneb ja kui tugevalt ta tunneb, et juhtkond või kolleegid talle survet avaldavad. Kui juhtkonna surve suureneb, siis enesetõhususe tunne langeb. See tulemus on oluline ära märkida, sest on leitud, et stress mõjutab õpetajate tööalast pühendumist (Bandura 1997) ning et õpetajate enesetõhusust võivad mõjutada töökoormus, laste poolne käitumine, vähene avalik tunnustus, vähene ühiskonna lugupidamine ja austus õpetaja vastu või ka pikad tööpäevad või töö intensiivsus (Ruus, Loogmaa 2009). Järelikult tuleb õpetajate tööstressi allikatele tähelepanu pöörata ning püüda hariduskorralduses või lasteaedade töö korralduses neid teadlikult vältida või mõju vähendada.

## KOKKUVÕTE

Käesoleva töö eesmärgiks oli välja selgitada ühiskonna surve osa lasteaiaõpetaja tööstressi ja tööalase enesetõhususe mõjutegurina lasteaiaõpetaja arusaamades. Töö tulenes probleemist, et õpetajad tajuvad oma töös sageli suurt tööpinget, vastutust ja töökoormust, mõjuteguritena võivad olla tugi ja tunnustus ülemuselt, ausus ja õiglus ettevõttes või ka suhted kolleegidega, lapsevanematega kui ka juhtkonnaga. Õpetajatele on riigi poolt seatud mitmeid kompetentsusnõudeid, millised nad olema peavad ja eetikakoodeks annab juhiseid, kuidas käituda. Kohustusi ja nõudmisi on palju, võib tekkida ülekoormus ja stress, mis omakorda võib viia läbipõlemiseni. Õpetajad, tajudes igapäevaselt oma töös survet, võivad kogeda stressi ja koguni jõuda läbipõlemiseni. Ka on enesetõhusus väga lähedalt seotud töö tulemuslikkusega. Inimesed, kellel on madal usk enesetõhususse, ei näe enda töö tulemusi. Peamised õpetajate enesetõhususe mõjutegurid võivad olla vähene avalik tunnustus, vähene ühiskonna lugupidamine ja austus. Vaimset ja füüsilist kurnatust, depressiooni ja passiivset suhtumist töösse põhjustavad pikad tööpäevad, konfliktid rollidega, suur töökoormus ja töö intensiivsus. Käesoleva uuringuga selgitati, millised tegurid Eestis lasteaiaõpetajate arvates tööga seoses pinget ja stressi tekitavad.

Eesmärgi saavutamiseks viidi läbi Eesti lasteaiaõpetajate seas uuring, kasutati kombineeritud uurimisviisi, mis koosnes avatud küsimustest ja valikvastustega hinnanguküsimustest. Küsimustikule vastas 114 õpetajat 57-st lasteaiast. Analüüsi tulemused näitasid, et kuuest võimalikust surveallikast (juhtkond, lapsevanemad, kolleegid, riik, meedia ja kohalik kogukond) tajuvad lasteaiaõpetajad igapäevaselt stressi ja pinget suhteliselt madalalt. Samas suurimaks surveallikaks märgiti siiski lapsevanemaid, järgnes kolleegid, juhtkond, riik, meedia ja kohalik kogukond. Seega tunnevad õpetajad suurimat stressi kolme valdkonna vahel: lapsevanemad, kolleegid ja juhtkond.

Tulemuste kohaselt tajuvad lasteaiaõpetajad enesetõhusust üsna sarnaselt. Õpetajad olid enesekindlad rühma õppetegevuse eesmärkide saavutamise osas, rühma ja tegevuste reeglite järgimise osas ning kõigile lastele arengut soodustava keskkonna pakkumise osas. Enesetõhususes probleemvaldkondadena võib välja tuua tegevustes vähe huvitatud laste motiveerimist, nad pole kindlad, kas suudavad saavutada enamikke eesmärke, mida endale seavad või et nad on suutlikud pingelisel ajal tõhusalt raskeid ülesandeid täitma.

Üldise stressi tajutud ja õpetaja enesetõhususe koondhinnangu vahel leiti negatiivne seos. Ka tajutud surve ja enesetõhususe korrelatsioon oli negatiivne. Kui soovime, et õpetajate enesetõhususe tajutud oleks siiski kõrge, on vaja mõista, millest tööstress ja surve tajutud tulenevad. Enim seostub õpetajate enesetõhusus kolleegide survega, seejärel juhtkonnaga ja kohaliku kogukonnaga.

Töö annab panuse lasteaiaõpetajate tööstressi ja enesetõhususe uurimisse ühiskonnas. Samas tuleks õpetajate vaimse tervise huvides siiski selliseid uuringuid läbi viia oluliselt ulatuslikumalt, kui bakalaureusetöö maht võimaldab. Kuna enesetõhususe tajutud ja tajutud surve ja stressil on oluline seos õpetaja tööalase võimekusega, rahuloluga ning vaimse tervisega, tuleks nende aspektide märkamiseks teemat põhjalikumalt uurida ning võimalusel luua hästi valideeritud mõõdik, mida asutused saaks oma sisekliima jälgimiseks kasutada. Samuti tuleks õpetajakoolituses kasuks enesetõhususe hoidmise või stressiga toimetuleku oskuste õpetamine, mille vajalikkusele antud töö viitab.

## SUMMARY

The aim of this study was to find out the kindergarten teachers' understanding of the role of society's pressure as an influencing factor of work-related stress and self-efficiency.

This work was derived from the changing society and its probable pressure, raise of responsibilities and workload that kindergarten teachers very often sense in their work. As a result of this study, the factors kindergarten teachers see as the creators of work-related pressure and stress were determined.

To reach the goal, a survey was carried out among kindergarten teachers, using a combined research method with both open and multiple-choice questions. 114 teachers from 57 kindergartens filled the survey. The analysis showed that the perception of everyday stress and tension is rather low. However, from the 6 possible sources of pressure (management, parents, colleagues, state, media and local community), parents, colleagues and managers were mentioned as the greatest source of pressure.

According to the analysis, self-efficiency was perceived similarly among the kindergarten teachers. Motivating less interested children can be pointed out as a problem area in self-sufficiency. Teachers are also insecure about their ability to reach the goals they have set for themselves or their ability to successfully manage the tasks during difficult times.

A negative correlation was found between the perception of general stress and the teachers' estimated self-efficiency. The correlation between perceived pressure and self-efficiency was also found to be negative. According to the study, the teachers' self-efficiency is most related to the perceived pressure by colleagues, followed by management and local community.

Since the perception of self-efficiency and perceived pressure both have significant correlation to the teachers' work ability, gratification and mental health, the topic should be researched further in order to notice the mentioned aspects and to create a validated measure that the institutions could use to monitor their inner work-climate.

## KIRJANDUS

Aljaste, Hannele-Marianne (2013) Ettevõtjate tööstressi tekitavad tegurid viie Eesti iduettevõtja näitel. Tartu Ülikool, bakalaureusetöö

AS Kutsekoda (2013) <https://www.kutseregister.ee/ctrl/et/Standardid/exportPdf/10494424> (viimati vaadatud 26.04.2020)

Bandura, Albert (1997) Self-efficacy: The Exercise of Control

Chaplain, R. P. (2008) Stress and psychological distress among trainee secondary teachers in England. *Educational Psychology*, 195-209

EE = Eesti Entsüklopeedia, 10. (1998) <http://entsyklopeedia.ee/artikkel/%C3%BCChiskond3> (viimati vaadatud 05.01.2020)

Eesti Rakendusuuringute Keskus CentAR (2010) „Psühhosotsiaalsete riskide levik Eestis“ <https://centar.ee/case-studies/the-prevalence-of-psychosocial-risks-in-estonia/> (viimati vaadatud: 17.04.2020)

Eesti Õpetajate Liit (2015) *Eesti õpetajaeetika koodeks* <https://www.eetika.ee/sites/default/files/eetika/files/ff417524f1ca08ff1a5fcb8131e6ce2.pdf> (viimati vaadatud 10.03.2020)

EKSS V, 1 *Eesti kirjakeele seletussõnaraamat*, V köide, 1. vihik. (1997) Tallinn: Eesti Keele Instituut

Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuur <https://osha.europa.eu/et/themes/psychosocial-risks-and-stress> (viimati vaadatud 05.01.2020)

Haridusagentuuri Keskus Tallinn (2009) <https://www.hm.ee/sites/default/files/talis2008.pdf> (viimati vaadatud 14.04.2020)

JASP Team. 2020. JASP (Version 0.12.2) [Computer software]

K. Andrew; R. Richards; Michael A. Hemphill; Thomas J. Templin (2018) *Personal and contextual factors related to teachers experience with stress and burnout*. Teachers and Teaching, 24:7, 768-787

(Kas tööstress... 2018) <https://www.raamatupidaja.ee/uudised/2018/11/20/kas-toostress-on-enim-levinud-kutsehaigus> (viimati vaadatud 28.04.2020)

Kalmus, Veronika, Masso, Anu, Linno, Merle (2015) Sotsiaalse analüüsi meetodite ja metodoloogia õpibaas <http://samm.ut.ee/kvalitatiivne-sisuanalyys> (viimati vaadatud: 22.04.2020)

Klassen, Robert; Wilson, Elaine; F. Y. Siu, Angela; Hannok, Wanwisa; W. Wong, Marina; Wongsri, Nongkran; Sonthisap, Panwadee; Pibulchol, Chaleosri; Buranachaitavee, Yanisa; Jansen, Anchalee (2012) *Preservice teachers work stress, self-efficacy, and occupational commitment in four countries*.

Käesel, Kärt (2013) Õpetaja stress- kuidas meil sellega ikka on? Õpetajate Leht 23.03.2013 <https://opleht.ee/2013/03/opetaja-stress-kuidas-meil-sellega-ikka-on/> (viimati vaadatud: 15.04.2020)

Li, Y; & Zhang, R.-C (2019) *Kindergarten teachers' work stress and work-related well-being: A moderated mediation model*. Social Behavior and Personality: An international journal, 47(11), e8409

Loogma, Ruus, Talts, Poom-Valickis (2009) Õpetaja proffesionaalsus ning tõhusama õpetamis- ja õppimiskeskonna loomine. Tallinna Ülikooli haridusuuringute keskus. Tallinn 2009

Lunenburg, C. Fred. (2011) Self-efficacy in workplace: Implications for motivation and performance. *International journal of management, business, and administration*. Volume 14, number 1

L. Wagner, Shannon; Forer, Barry; L. Cepeda, Ivan; Goelman, Hillel; Maggi, Stefania; D'Angiulli, Amedeo; Wessel, Julie; Hertzmann, Clyde; E. Grunau, Ruth (2012) *Perceived Stress and Canadian Early Childcare Educators*.

Melinkova, Kristina (2019) *Koolieelse lasteasutuse õpetajate enesetõhususe hinnangute seosed taustateguritega*. Tartu Ülikool, bakalaureusetöö



Plangi, Kristel (2013) Tööstressi põhjustavad ümberkorraldused ja ebakindlus.

Tööinspektsiooni infokiri

[https://www.ti.ee/fileadmin/user\\_upload/failid/dokumendid/Meedia\\_ja\\_statistika/Teavitust\\_egevus/Infokirjad/2013/infokiri\\_nr\\_25/juuni2013\\_euroopa\\_uudised.pdf](https://www.ti.ee/fileadmin/user_upload/failid/dokumendid/Meedia_ja_statistika/Teavitust_egevus/Infokirjad/2013/infokiri_nr_25/juuni2013_euroopa_uudised.pdf) (viimati vaadatud 10.04.2020)

Pärismaa, Sirje (2017) Läbipõlemine algab hiilivalt. Õpetajate Leht 24.11.2017

<https://opleht.ee/2017/11/labipolemine-algab-hiilivalt/> (viimati vaadatud 15.04.2020)

QuestionPro uuringutarkvara, (2020) <https://www.questionpro.com/survey-templates/job-stress/> (viimati vaadatud: 17.05)

Rootalu, Kadri. (2014) Sotsiaalse analüüsi meetodite ja metodoloogia õpibaas

<http://samm.ut.ee/korrelatsioonikordajad> (viimati vaadatud 15.05.2020)

TNS Emor (2016) „Õpetajaameti kuvand ja atraktiivsus 2016“

[https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/51771/opetajaameti\\_atraktiivsus\\_2016.pdf?sequence=7&isAllowed=y](https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/51771/opetajaameti_atraktiivsus_2016.pdf?sequence=7&isAllowed=y) (viimati vaadatud 28.04.2020)

Tschannen-Moran, Megan; Hoy, Anita Woolfolk (2001) Teacher efficacy: Capturing an elusive construct. *Teaching and Teacher Education* 17(7): 783-805

Valk, Aune (2016) „Õpetajaameti atraktiivsus“ Haridus ja Teadusministeerium

[https://www.hm.ee/sites/default/files/hmin\\_opetaja\\_atraktiivsus.pdf](https://www.hm.ee/sites/default/files/hmin_opetaja_atraktiivsus.pdf) (viimati vaadatud: 17.04.2020)

Yu, Xiaobo; Wang, Pengyuan; Zhai, Xuesong; Dai, Hong; Yang, Qun (2014) The Effect of Work Stress on Job Burnout Among Teachers: The Mediating Role of Self-efficacy.

**LISAD**

## Lisa 1. Küsimustik



Section 1 of 5

### Lasteaiaõpetaja tööstress ja tööalane enesetõhusus

Hea lasteaiaõpetaja!  
Teie ees on küsimustik, millega püütakse välja selgitada ühiskonna surve osa lasteaiaõpetaja tööstressi ja tööalase enesetõhususe mõjutegurina. Teie panus selle välja selgitamiseks on väga oluline. Vastamine on anonüümne ning vastuseid kasutatakse vaid uuringu tulemustes kokkuvõtlikult.  
Küsimustiku täitmine võtab aega umbes 10-15 minutit ja koosneb viiest küsimuste blokist. Vastused palun saata hiljemalt 17.04.2020.  
Aitäh, et olete nõus küsimustele vastama!

Lugupidamisega  
Merge Paju  
merge.p@hotmail.com  
Tartu Ülikooli Narva Kolledž, KELA  
Juhendaja Ülle Säälik (PhD)

1. Kuivõrd Te igavpäevaselt tunnete ennast stressis ja pinges?

Ei tunne üldse. Tunnen väga.

2. Kuivõrd olete viimase kahe kuu jooksul tundnud stressi ja pinget seoses tööga (kui eriolukord välja arvata)?

Üldse mitte. Väga palju.

3. Kui olete tundnud seoses tööga pinget ja stressi, siis püüdke võimalikult täpselt kirjeldada, mis on Teie arvates Teie tööalase stressi peamised põhjused?

Kuivõrd järgnevad väited Teie puhul kehtivad?

4. Ma suudan saavutada enamikke eesmärke, mida olen endale seadnud.

Üldse ei kehti. Kehtib täiel määral.

5. Raskete ülesannetega silmitsi seistes olen kindel, et suudan neid täita.

Üldse ei kehti. Kehtib täiel määral.

6. Olen kindel, et suudan tõhusalt täita paljusid erinevaid ülesandeid ka pingelisel ajal.

Üldse ei kehti. Kehtib täiel määral.

7. Kui palju saate Teie ära teha...?

7.1. ...et saavutada rühma õppetegevuse eesmärgid?

Üldse mitte midagi ei saa teha. Väga palju saan ära teha.

7.2. ...et pakkuda kõigile lastele arengut soodustavat keskkonda?

Üldse mitte midagi ei saa teha. Väga palju saan ära teha.

7.3. ...et lapsed järgiksid rühma ja tegevuste reegleid?

Üldse mitte midagi ei saa teha. Väga palju saan ära teha.

7.4. ..., et motiveerida tegevustest vähe huvitatud lapsi?

Üldse mitte midagi ei saa teha. Väga palju saan ära teha.

7.5. ..., et töökorraldus oleks selline, et tegevused kulgeksid ladusalt?

Üldse mitte midagi ei saa teha. Väga palju saan ära teha.

7.6. ...et kodu ja lasteaia koostöö sujuks ladusalt?

Üldse mitte midagi ei saa teha. Väga palju saan ära teha.

Surve ja selle põhjused

8.1. Kuivõrd Tunnete, et juhtkond avaldab Teile teie töös survet?

Üldse mitte. Väga palju

8.1a. Kui tunnete, siis palun püüdke võimalikult täpselt kirjeldada, milles see Teile jaoks väljendub?

8.2. Kuivõrd Te tunnete, et pinged kolleegide vahel avaldavad Teile survet?

Üldse mitte. Väga palju.

8.2a. Kui tunnete, siis palun kirjeldage võimalikult täpselt, milles see Teile jaoks väljendub?

8.3. Kuivõrd tunnete, et lapsevanemad avaldavad Teile Teile töös survet?

Üldse mitte. Väga palju.

10.3a. Kui tunnete, siis palun kirjeldage võimalikult täpselt, milles see Teile jaoks väljendub?

8.4. Kuivõrd Tunnete, et meedia (sotsiaalmeedia, ajakirjandus) avaldab Teile teie töös survet?

Üldse mitte. Väga palju.

8.4a. Kui tunnete, siis palun kirjeldage võimalikult täpselt, milles see Teile jaoks väljendub?

8.5. Kuivõrd Te tunnete, et kohalik kogukond avaldab Teile survet?

Üldse mitte. Väga palju.

8.5a. Kui tunnete, siis palun kirjeldage võimalikult täpselt, milles see Teile jaoks väljendub?

8.6. Kuivõrd tunnete, et riik avaldab Teile teie töös survet?

Üldse mitte. Väga palju.

8.6a. Kui tunnete, siis palun kirjeldage võimalikult täpselt milles see Teile jaoks väljendub?

8.7. Kui märkisite, et olete tundnud teatavat survet, siis palun kirjeldage võimalikult täpselt kuidas sellega toime tulete?

Taustaandmed valimi kirjelduseks

Teie vanus (täisaastates) :

Teie tööstaaž lasteaiaõpetajana (täisaastates):

Erialane haridus:

- erialane kõrgharidus
- erialane kõrgharidus omandamisel
- erialane kõrgharidus puudub

Other:

Põhitöökoha asukoht:

1. Ida-Virumaa
2. Läänemaa
3. Pärnumaa
4. Tartumaa

## Lisa 2. Teemablokk – juhtkond, sisuanalüüsi näide

8.1a. Kui tunnete, siis palun püüdke võimalikult täpselt kirjeldada, milles see Teie jaoks väljendub?

Vastused	Analüüsietapp 1, tõlgendamine, märksõnad	Analüüsietapp 2 kategoriseerimine, üldisemad märksõnad
See pigem üldine, tähtajad ja nõudmised jms	Ei meeldi nõudlikkus ja tähtaegade seadmine Eelistaks, et saaks ise otsustada?	Töökorraldus Nõudlikkus ? Autonoomia puudumine
Otsustusvabadus teha on tööd südamega	Tahab ise otsustada Pühendumine	Autonoomia soov
Pean tegema tihti nii kuidas juhtkond tahab	Ei meeldi teiste soovide järgimine Eelistaks ise otsustada?	Autonoomia puudumine, soov omada autonoomiat
Julgustab edukalt edasi minema		
Ei tunne pinget	-(ei esita survetegureid, jääb kodeerimata)	
Erinevad kirjalikud lisatööd, töökorralduse muutused.	Ebaõiglus lisatööde tõttu Eelistab rutiini, ette teada olevaid ülesandeid	Ebaõiglus Stabiilsus?
Töökohustused kollektiivis on jaotatud ebavõrdseks. Suurem pinge on nooremale õpetajatele.	Ebaõiglus töökorralduses Algaja õpetaja surveallikaks	Ebaõiglus Õpetaja vanuse või staaži osas diskrimineerimine?
Kontroll ja usalduse puudus		Autonoomia soov
Põhitöö väliseid asju antakse teha. Osad korraldused, mis antakse pole selgelt lahti kirjutatud ja peale korralduse täitmist selgub et on valesti või puudulikult tehtud. S.t. korralduse andja nägi ühte lahendust, aga mina nägin teist lahendust.	Ebaõiglus tööülesannete tõttu  Ebaselged juhised, ebaselged ootused Ka kommunikatsiooni häired või vähene suhtlus?	Ebaõiglus
Teatud kuupäevaks peab see ja see ja see tehtud olema.	Kindlad tähtajad, Palju tööd üheks kuupäevaks	Kindlad tähtajad , Nõudlikkus
tehke vähem		
Kui direktor räägib õp. ühte juttu ja õp.abidele teist versiooni.	Erinev info õpetajale ja õpetajaabile	Erinev info
Lisa kohustused	Ei meeldi lisakohustused	Lisakohustused

Dokumente tuleb juurde, peavad olema väga täpsed ning tähtaegadest peab kinni pidama	Tähtajad, Suureneb töömaht/paberimajandus, Täpsus	Tähtajad, Täpsus, Suurenev töömaht
Pidevad täiendkoolitused, töörühmade koosolekud. Õppeaasta jooksul tuleb juurde väga palju uusi teemasid, õppeprogramme, aega nendega süvitsi tegelemiseks ei ole.	Aja puudus, Pidevad koosolekud/koolitused, Uued programmid ja teemad	Aja puudus, Suurenev töömaht
Peabki avaldama, see motiveerib rohkem pingutama	- Ei pea survet negatiivseks!	
Liigne järelevalve töötajate	Kontroll töötajate üle	Autonoomia puudumine
Oleneb olukordadest, kuid tavaliselt juhtkond ei avalda survet.	-(ei esita survetegureid, jääb kodeerimata)	
On asju, mis tuleb ära teha. Ja vahel peab survestama	Tööülesanded Ei pea survet alati negatiivseks!	Töökorraldus, kohustused
Juhtkond võrdleb sageli teiste, soosingus olevate õpetajatega. Arvestama peaks seda, et igal õpetajal on oma "käekiri" ja igas rühmas on erinevad ja ka erilised lapsed	Teistega võrdlemine, Igaüks on erinev	Ebaõiglane kohtlemine Vähene individuaalselt lähenemine
Erinevad analüüsid ja paberimajandus.	Palju analüüsimist ja paberimajandust	Töökorraldus
Erivajadusega lapse lähedane on juhtkonnas. Väga palju on erinevates projektides tegutsemist ja lihtsalt ei jõua kõigega sammu pidada. Tahaks rahulikult lastega tegeleda.	Palju tööd ja projekte, Aja puudus	Töökorraldus Ebaõiglus Aja puudus
Palju paberi täitmist, millest ei muutu midagi	Palju paberimajandust, Liigne paberimajandus	Töökorraldus Admin.töö rohkus
Ole positiivne		
Aõati ei ole ülevalt alla tulevad otsused arvesranud rühma toimimisega, palju pabereid jätab vähem aega lastele	Palju paberimajandust, Vähe aega lastele, Otsused, mis ei arvesta iga rühma eripära	Töökorraldus Admin.töö rohkus Vähe aega lastele, Mitteamvestamine
Töötajate vaimne survestamine	Vaimne survestamine	Vaimne õhkkond negatiivne
nad kontrollivad kõik	Suur kontroll kõige üle	Autonoomia puudumine

Mitte lasteaia juhtkond vaid kov , sest hoitakse kokku kõigelt.	KOV liigne kokkuhoid	Kokkuhoid
Aruandluse mahukus ja kuhjumine enam-vähem ühele ajale	Kogu paberimajanduse tähtajad ühel ajal, Paberimajanduse mahukus	Töökorraldus Admin.töö rohkus Kõik tööd ühel tähtajal
palju kirjatööd	Palju paberimajandust	Palju paberimajandust
Oluline juhtkonnale on täita eliis.ee keskkonda, Assistendi süsteemis on ühel õpetajal põhivastutus ja ainukesena oodatakse temalt tulemusi	Põhivastutus ühel õpetajal, Ootused ühel õpetajal	Töökorraldus Admin.töö rohkus Ootused ja põhivastutus ühel õpetajal
Minult ei oodata midagi üle minu võimete	- Ei too välja survet. Ei kodeerita	
Töökorraldus ja dokumentatsiooni täitmine ja asenduste tegemine	Palju paberimajandust, Töökorraldus, Asenduste leidmine ja korraldamine	Töökorraldus Admin.töö rohkus Töökorraldus
Mulle tundub, et ma pean andma aru juhtkonna poolt vastu võetud otsustele, justkui nemad võtavad vastu otsuse, kuid ei vastuta selle eest ning mina pean nede otsuseid vanematele selgitama. Samas ma ei tunne, et nad toetaksid mind suhtlemisel lastevanematega.	Toetuse puudumine, Enda vastutuse õpetaja kaela lükkamine	Toetuse puudumine, Enda vastutuse teistele lükkamine
Nädalaplaanid peavad varakult valmis olema.	Tööde enneaegne esitamine	Töökorraldus Admin.töö rohkus
Ei tunne survet, pigem toetust ja usaldust.	-(ei esita survetegureid, jääb kodeerimata)	
Võimalikult palju tulla vastu lastevanemate erisoovidele ja nõudmistele	Liigne lastevanemate kuulamine/arvestamine,	Liigne vastutulek lapsevanemate nõudmistele/soovidele
mõnikord ootamatused töökorralduses mis ei sobi	Ootamatud töökorraldused ei sobi	Töökorraldus
Vahel kiputakse õp.võimeid ära kasutama	Õpetaja oskuste ülehindamine	Ebaõiglane kohtlemine
Tööandja ei hinda minu tööd	Ei hinda tehtud tööd	Ei hinnata
Direktori teatas, et töökorralduse muutus tuleb, umbmääraselt, ei ta millal ja millises rühmas, kuna ka õpin sessioonõppes ülikoolis, siis ei suuda 24/7 lasteaia tööd teha	Töökorralduste muudatus segane, aja puudus	



Suhtlus lapsevanematega, palju tööülesandeid - vähe aega.	Suhtlus lapsevanematega, Palju tööülesandeid	Töökorraldus Ebaõiglane
--	---	----------------------------

## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina Merge Paju 09.11.1991

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose Ühiskonna surve kui lasteaiaõpetaja tööstressi allikas ja tööalase enesetõhususe mõjutegur, mille juhendaja on Ülle Säälük,
  - 1.1.reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
  - 1.2.üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.
2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Narvas, **21.05.2020**